

Er det rom for en Guddommelig virkelighet i psykologien?

- En teoretisk analyse av spirituell overgivelse.



Frederick Lucius Nathanael

Oppgave levert for mastergrad i helsepsykologi

Psykologisk institutt, Universitetet i Oslo

Mai, 2009

FELIX CULPA – Det heldige fallet. Gud har tro på mennesket og forsvarer synderen men sin frie vilje. Gud tillater det onde å skje for derigjennom å kunne bringe et større gode slik Adams fall i Eden bragte mer godt til menneskeheten enn om han hadde forblitt i sin fullstendige uskyld.

Takk til mine veiledere, Eva Skoe og Astrid Bastiansen for kompromissløs tålmodighet over landegrenser og uvurderlige samtaler. Og takk for deres realitetsorientering når jeg ble fartsblind og gravde så langt i perspektiv og kritikk at jeg selv mistet vidsyn og dybdesyn og ydmykheten falmet - snøblind etter å ha saumfart grenseland for å lyse opp og lyse igjennom alt fra mørke kroker til urtykke festningsmurer. Takk til min elskede som har båret meg tørrskodd gjennom tungvær og sludd. Takk til min far og mine søstre for all inspirasjon. Og takk til den største av alle Veiledere som har ført meg gjennom en prosess og søken som i stor grad har foregått i ytterst ensomhet og adskilthet fra menneskelig samtale.

Forord

”God is dead. God remains dead. And we have killed him. How shall we comfort ourselves, the murderers of all murderers? What was holiest and mightiest of all that the world has yet owned has bled to death under our knives: who will wipe this blood off us? What water is there for us to clean ourselves? What festivals of atonement, what sacred games shall we have to invent? Is not the greatness of this deed too great for us? Must we ourselves not become gods simply to appear worthy of it?”

(Nietzsche, 1882, *The Gay Science*, Section 125).

For meg, som for mange andre håpefulle noviser i psykologien, var kunnskap og forståelse om det subtile og tilsynelatende mystiske ved mennesket blant hva jeg ønsket å erverve gjennom utdanningen. Men i stedet for studiet av sjelen møtte jeg derimot innføring i et fag som i sterk kontrast var preget av kognitiv teori og nevrobiologiske atferdsforklaringer – et møte jeg har beskrevet med en venns ord – en eneste lang ørkenvandring. Men underveis på denne veien oppdaget jeg at man som fagperson på ingen måte er prisgitt hva mainstream, pensumlister og introduksjonsbøker fremsetter som representativt. Og på tross av tunge konvensjoners motforestillinger og en følelse av å bevege meg ut på ulent, uopptrådd og nærmest lovløst terreng, fant jeg via tilsynelatende tilfeldigheter frem til felt innen den akademiske psykologien som vekket min interesse på nytt – felt ingen virket å ha hørt om og enda mindre anså som fruktbart, men som samtidig var forsvart av tungvektige pionerer og autoriteter innen den psykologiske fagtradisjon. Særlig religionspsykologien fanget min interesse og motiverte til svært mye lesing utenfor pensumlister i et ellers utfordrende og intenst studieløp.

Dette ble min ”wakeupcall” – overraskende sammenfallende med fremvekst av interesse for religion og spiritualitet, selv i vårt samfunn som har vært beskrevet som det mest sekulære av dem alle - en ”wakeupcall” mange ville avfeid som øresus. Dette har resultert i en, for meg, gjenoppdagelse av psykologien som fag, en gjenoppdagelse preget av hva Marks (2002) beklaget at har vært bannlyst i den vitenskapelige psykologiens diskurs - *lidenskapelighet*. Og så har det gjort meg til hva jeg tror kalles en *ildsjel* innen sitt felt, et felt som jeg vil hevde på ingen måte er luftspeiling i ørkenen eller dødfødt anstrengelse. Både faglig og personlig tror jeg dette er en oase. Hvilke frukter den vil bringe gjenstår å se i en tid hvor psykologien generelt virker å ha oppdaget religiøsitet og spiritualitet på nytt som legitimt og betydningsfullt forskningstema.

Innholdsfortegnelse

Sammendrag	6
Innledning.....	7
1. Utvikling av problemstilling	8
1.1. Oppgavens struktur	9
2. Begrepsavklaring.....	10
2.1. Religion	11
2.2. Spiritualitet	12
2.3. Mystikk	12
2.4. Spirituell transformasjon	13
3. Dominerende holdninger til religion og spiritualitet	14
3.1. Marginalisering og neglisjering innen mainstream psykologi	14
3.2. William James' fenomenologi og spirituelle bedømmelse.....	16
3.3. Transpersonlig psykologi	18
4. Tidligere forskning på spirituell overgivelse	19
4.1. Spirituell overgivelse og omvendelsesforskning	21
4.1.1. Spirituell omvendelse	23
4.2. Forskning på Anonyme Alkoholikere (AA) og 12-stepsprogrammet.....	24
4.2.1. Åndelig oppvåkning	26
4.2.2. Gudskonsept	26
4.2.3. Underkastelse.....	27
4.2.4. Aksept	27
4.2.5. Ansvarlighet og autonomi.....	27
4.2.6. Psykisk overgivelse, "foreclosed" overgivelse og "compliance"	28
4.3. Overgivelse som distinkt mestringsstil	29
5. Teoretiske ideer	31
5.1. "Sjelen" og "det sjelfulle selvet"	32
5.1.1. Kosmisk perspektiv	34
5.2. Tilstand versus trekk.....	35
5.2.1. Kvanteendring og learning III	37
6. Presentasjon av av AA- historier som illustrasjon av fenomenet	40
6.1. Eksperimentell tro – det åndelige vågestykket.....	41
6.2. Gud – slik jeg oppfatter Ham	43

6.3. Ny virkelighet	44
6.4. Nye verdier	46
6.5. Nytt menneske, nytt liv	47
7. Diskusjon	48
7.1. Problemer forbundet med ontologisk og metodisk reduksjonisme	48
7.2. Forskerens vitenunivers og meningsfull sammenheng	50
7.3. Paradigmeskifte	51
7.4. Meningssystemer	52
7.5. Virkelighetsforståelse og sannhet	53
7.6. Verdier og menneskesyn	56
7.7. Theistisk realisme	59
7.8. Psykospirituell intervensjon – akademisk helsearbeid eller misjon?	60
8. Avslutning	63
9. Referanseliste	65

Sammendrag

Denne oppgaven forsøker svare på hvordan man psykologisk kan forstå et fenomen som spirituell overgivelse utenfor en reduksjonistisk ramme. Fenomenet kan defineres som å slutte og forsøke kontrollere ved å utvise viljestyrke, egenrådighet og selvtilstrekkelighet og åpne seg for oppdagelsen av en høyere kraft. Forståelse søkes ved teoretisk analyse av religionspsykologisk forskning på fenomenet i helse- og mestringsperspektiv. Overgivelse presenteres som både momentan, mystisk opplevelse og som gradvis prosess hvor begge typer knyttes til endring av meningssystem og en rekke positive psykologiske attributter og korrelater. Som distinkt mestringsmekanisme sees overgivelse i lys av forskning på omvendelse og Anonyme Alkoholikeres (AA) 12-stegsmodell. Grunnelementer i overgivelsen presenteres og kontrasteres mot negative og overflatiske former for overgivelse. Ulike teoretiske ideer som sjelsbegrepet og kvanteendring foreslås å kunne forklare visse av grunnelementene, hvilke tradisjonell psykologi har vanskeligheter med å forstå, eksempelvis plutselig personlighetstransformasjon og det spirituelle som egenartet menneskelig ressurs og atferdsanalytisk nivå. Videre presenteres et anekdotisk materiale fra AA for å illustrere den fremlagte forståelsen i form av utvalgte sitater fra kliniske vignetter preget av spirituell overgivelse. Fremlagt teori og illustrasjoner diskuteres med fokus på problematisering av metodisk og ontologisk reduksjonisme hvor alternative perspektiver som inkorporerer den spirituelle komponenten foreslås. Påfølgende drøftes betydningen en spirituell forståelse av overgivelse vil kunne ha for synet på mennesket. Videre vurderes i hvilken grad studiet av spirituell overgivelse på bakgrunn av dette kan tolkes som indikasjon på eksistensen av en ”Guddommelig virkelighet”. Avslutningsvis drøftes konsekvenser dette kan ha for profesjonelt helsearbeid.

Innledning

For få år siden ble Norge konstatert å skiller seg ut som Vest-Europas minst religiøse nasjon (Gallup International, 2005), et land i et postmoderne, individualisert Vesten hvor man kan sies å leve i en tid med dyp tro på selvtilstrekkelighet, at alt er opp til hver enkelt, og at vi er hver og én herre over våre skjebner. Troen på Gud, som for noen generasjoner tilbake gjennomsyret hele samfunnet og levetiden, synes å ha blitt overflødig og sidestilt med overtro, okkultisme og mangel på kunnskap. I fagpsykologisk forskning, klinisk praksis og implementering av helseintervensjoner er det dertil et hovedmål å øke individers personlige kontroll, både i forhold til omgivelser, emosjoner og impulser (Cole & Pargament, 1999; Nathanael, 2009), som om kontroll var det som konstituerer det gode liv, at individet er sin egen lyktes smed, fordi nå vet vi bedre. Dette synes å henge sammen med at et sekulært menneske- og verdensbilde korrelerer positivt med utdanningsnivå (Listhaug, 1998).

Som psykologistudent har jeg undret meg over at min disiplin topper statistikken som den akademiske profesjon som er minst åpen for spiritualitet og religiøsitet av alle. Dette speiles i et gjennomgående fravær av religiøse og spirituelle temaer i pensumlister, innføringsbøker og undervisningsopplegg i akademisk psykologi, hvilket ikke er noen særnorsk trend (Berggraf & Reme, 2006; Fontana, 2003). Jeg har for min del opplevd en artikulert interesse for religionens potensial som menneskelig ressurs på vår del av campus som nærmest blasfemisk. Med dette mener jeg stadig møte med sterke motforestillinger, mangel på kompetanse og reaksjoner preget av hva ligner *vanstro*. Under en konferanse i religionspsykologi på Hamar i september 2008 fikk jeg bekreftet at dette ikke var forbeholdt min mistenksomhet. For på konferansen arrangert av Norges første religionspsykologiske senter situert på Innlandet Sykehus uttalte en ledende forsker i feltet, Kenneth Pargament at nå kan man som psykolog slutte ”å hviske i gangene” hva angår religion og spiritualitet. Min undring over denne stilltten har motivert meg til å skrive denne oppgaven.

Som et paradoks til overnevnte har det siste årets nyhetsbilde vært påfallende preget av overskrifter som vitner om at Gud og det spirituelle er blitt et hett tema i samfunnsdebatten med omtrent daglige medieoppslag. Sentrale saker er, kort gjengitt, eksemplevis (a) skolering i englekommunikasjon og healing (E24, 2008), (b) psykolog og seksjonsleder på Blakstad sykehus tilkaller klarsynte for å drive ut ånder som plager innlagte rusmisbrukere (Aftenposten, 2008), (c) Norges helseminister bekrefter å ha kontaktet den urpopulære healeren Snåsamannen og bevitnet hans evner (Aftenposten, 2009a), og (d) lege, stortingspolitiker og påtroppende sjef for Rettsmedisinsk institutt bekrefter at blødninger kan

stanses med religiøse vers (Aftenposten, 2009b). Dette knytter jeg til at man nå kan observere fremmarsjen av en *zeitgeist*, en tidsånd hvor sverging til selvkontroll svekkes til fordel for overgivelse til det overnaturlige, åndelige, Gud eller spirituelle (Richards & Bergin, 2005; Roehlkepartain, Benson, King & Wagner, 2006). Dette er ikke bare en trend blant lekmenn, men følges av en grensesprengende åpning for det spirituelle i helsevesen og i medisinsk og psykologisk forskning. En konsekvens er blant annet aksept for og utarbeidelse av spirituelt og religiøst integrerte behandlingstilnærminger hvor bønn, Gudsrelasjon og lignende inngår (Pargament, 1997, 2007; Richards & Bergin, 2005). I disse benyttes språk og intervensjoner som er følsomme for, viser respekt for og utnytter det helbredende potensialet som ligger i klienters tro og spiritualitet (Nathanael, 2009; Richards & Bergin, 2005). Det hevdes fortsatt at den fornyede interessen for religion ikke innebærer noen videre anerkjennelse, legitimitet og oppmerksomhet for temaet *generelt sett* i den psykologiske disiplin (Paloutzian & Park, 2005). Men et skritt utenfor mainstream psykologi florerer religionspsykologien som en kraftig og vidtstrekkende gren av faget som frembringer stødig vitenskapelig grunnlag for studier av religion og spiritualitet. I denne oppgaven vil jeg trekke frem fenomenet *spirituell overgivelse* og belyse hvordan religionspsykologien har behandlet dette i litteraturen som en kritisk faktor i menneskets helse knyttet til mestring og livskvalitet.

1. Utvikling av problemstilling

Utgangspunktet for oppgaven er en teoretisk analyse av et fenomen som svært tydelig bærer hva jeg oppfatter som en tilsynelatende paradoksal relasjon mellom psykologi og spiritualitet. Dette går kort sagt ut på at overgivelse, som logisk sett vil gi konnotasjoner til å bryte sammen og mislykkes og derav ensbetydende negative effekter, viser seg i forskning å være assosiert med blant annet *økt* selvkontroll når det er rettet mot det spirituelle eller Guddommelige (Cole & Pargament, 1999). Videre er det et fenomen som viser seg tydelig knyttet til helse og velvære, hvilket står i paradoksal kontrast til at psykologien stort sett har ignorert dette. For å psykologisk forstå menneskets spiritualitet har jeg valgt å utforske dette fenomenet som jeg mener representerer en kjerne i mange spirituelle opplevelser. For å gjøre det vil jeg både legge frem og diskutere ulike teoretiske og empiriske analyser av fenomenet og drøfte motstridende perspektiver og holdninger til religiøsitet og spiritualitet i psykologien.

Noe som gjør det vanskelig å forstå den spirituelle overgivelsen er at individene som opplever den ikke har tanke for kontroll, men derimot sin relasjon til det spirituelle som en slags hellig, Guddommelig virkelighet. Selvkontroll er nærmest kun en positiv bivirkning for

dem. Forskning finner at hvis individene har økt selvkontroll for øye når de overgir seg, så uteblir den positive effekten for individets helse, velvære og livskvalitet (Cole & Pargament, 1999). Gjennom oppgaven ønsker jeg å ta den utfordringen det utvilsomt er å forsøke forstå overgivelsen så fenomenært som mulig fra en psykologisk synsvinkel uten å ignorere eller redusere det spirituelle aspektet til kjente sosiale og psykologiske attributter og prosesser.

Jeg tar da utgangspunkt i de siste tiårenes postmoderne fremvekst av en tendens til å se menneskelig atferd som ”kontekstuell og kun meningsfull innenfor den sammenheng eller relasjon den forekommer i” (Berggraf & Reme, 2006 s. 12). Den kontekst religiøse opplevelser foregår i definerer jeg som tro på en Guddommelig virkelighet. La meg illustrere dette med et sitat fra massemedia: I et intervju med en fremtredende psykolog om årsaken til den positive effekten av spirituell helbredelse, skal han i følge Dagbladet Magasinet (2009) ha svart at ”Det dreier seg om at behandlingen virker når man har tro på den. Det er altså placeboeffekten det er snakk om”. Videre siteres han med påstanden: ”Enten er det en placeboeffekt eller så er det noe vi ikke kan forklare, da snakker noen om en guddommelig kraft. Jeg har ingen tro på den siste forklaringen”. Dette sitatet handler for meg om at de opplevende individene anses som preget av vrangforstilling og at spiritualitet reduseres til forventningseffekten i reduksjonismens navn. Videre virker prinsippet hele argumentasjonen hviler på å være en uoverensstemmelse i *tro*. Mitt prosjekt vil i kontrast til overstående være å søke forståelse av spirituell overgivelse i et mestrings- og verdiperspektiv hvor individers verdsetting av det spirituelle anerkjennes som ressurs.

1.1. Oppgavens struktur

Formålet mitt er ikke utvikling av verken ny teori, nye begreper eller kategorier, men å fortolke teori for å identifisere og forstå grunnelementer som religionspsykologien eksplisitt og implisitt identifiserer i et kjernefenomen i religiøse og spirituelle opplevelser. Jeg har i tillegg til teoretisk analyse funnet det formålstjenelig å gå inn i et anekdotisk materiale for å illustrere min forståelse av spirituell overgivelse i form av utvalgte sitater fra en type kliniske vignetter preget av spirituell overgivelse, nærmere bestemt personlige beretninger om åndelig oppvåkning og spirituell overgivelse fra AA. Jeg har altså valgt å ikke gjøre noen direkte empirisk undersøkelse av fenomenet, men heller forsøke å forstå og analysere foreliggende litteraturen på området. Dette har i seg selv fremstått som et avært ambisiøst og utfordrende prosjekt da det som er skrevet om overgivelse er svært spredt og fragmentarisk og ikke minst kompleks og til tider vanskelig tilgjengelig med tradisjonelle psykologiske forståelsesrammer.

Mye litteratur er av eldre opphav. Av den grunn har jeg funnet det fruktbart å søke forståelse via en dybdeanalyse av den foreliggende litteraturen. De anekdotiske illustrasjonene trekkes frem for å transcendere og forstå teorien dypere, som ofte er av svært abstrakt og rasjonelt og logisk utfordrende karakter. Disse blir eksempler på hvordan fenomenet beskrives i sin naturlige kontekst av enkeltindividers forsøk på å konstruere mening i sine opplevelser av det.

I første steg foretas en moderat begrepsavklaring nødvendig for å posisjonere oppgavens fokus i et svært mangfoldig definisjonslandskap som preger religionspsykologien. Dernest drøftes dominerende holdninger i mainstream psykologi til religion og spiritualitet. Her trekkes kontrasten opp mellom å behandle religiøse opplevelser som uttrykk for forstyrrelse (mainstreams marginalisering og reduksjonistiske holdning) versus ressurs (fra William James spirituelle bedømmelse til transpersonlig psykologi). Videre presenteres hva jeg mener er de mest fremstående arenaer for forskning på spirituell overgivelse, omvendelsesforskningen, AAs 12-stegsmodell og suidier av religiøs mestring. Slik vil jeg nærme meg det rom som er blitt ryddet for utforsking av fenomenet i visse utkantstrøk av psykologien i ly for radikal reduksjonisme. Når er teoretisk grunnlag utkrystalliseres knyttes kjernekomponenter i overgivelsen til noen teoretiske ideer og begreper som forsøker favner disse, som sjelen og kvanteendring. I lys av disse legger neste del av oppgaven frem de anekdotiske illustrasjonene av visse kjernekarakterer ved fenomenets spirituelle komponent.

I diskusjonen trekkes trådene sammen fra fremlagt teori og illustrasjoner for å problematisere reduksjonistisk forståelse og tolkning av religiøse og spirituelle fenomener. Dette innebærer både ontologiske reduksjonisme i tradisjonell- og mainstream psykologi og metodiske reduksjonisme i religionspsykologien generelt. I kontrast til radikal reduksjonistisk tolkning av begge slag drøftes mulighet for alternative perspektiver som inkorporerer den rent spirituelle komponenten som enestående kvalitet ved overgivelse og autonomt analysenivå i atferdsforståelse. Betydningen dette vil kunne ha for menneskesyn og virkelighetsanskuelse i psykologien diskuteres. Det stilles spørsmål om hvorvidt studiet av spirituell overgivelse derav kan tolkes som en indikasjon på eksistensen av en "Guddommelig virkelighet". Sist diskuteres konsekvenser dette kan ha for profesjonelt helsearbeid og psykoterapi.

2. Begrepsavklaring

En stor utfordring i tilnærming til religionspsykologisk litteratur er begrepsavklaring fordi det foreligger en så ekstremt lang liste med ulike og svært ofte divergerende definisjoner og dikotonome typologiseringer av overordnede begreper som "*religion*", "*religiøsitet*",

”spiritualitet” og ”mystikk” (Borgen, 2003a; Pargament & Mahoney, 2002). Det er ikke min hensikt å problematisere dette utdypende eller holde bevissthet gjennom oppgaven om dette spekteret utover å si at jeg vil fokusere på religiøsitetens adaptive og ikke destruktive, hemmende uttrykk (Borgen, 2003a) og kortfattet herunder presentere de definisjoner jeg har funnet mest meningsfulle i dette arbeidet, ikke som et utgangspunkt, men som et resultat. Jeg mener at begrepene kan være et sentralt referansepunkt for leseren i forhold til oppgavens forståelse av visse av dens hovedelementer. Disse begrepene brukes dog om hverandre og på et utall av ulike måter i den aktuelle litteraturen. Jeg ser på tross av dette nødvendigheten av å gi en viss avklaring av relasjonen mellom de ulike for å unngå at disse blir stående som koffertbegreper man kan ilegge omtrent hva som helst og overlates til ens intuitive forståelse.

2.1. Religion

Det er min egen erfaring i all min lesing av religionspsykologisk litteratur og kommunikasjon med personer som har kompetanse på området at William James er religionspsykologiens svar på Aristoteles – han blir sjelden utelatt fra referanselister, svært ofte virker sentral tematikk og ideer å kunne knyttes direkte til hans forskning, og James’ funn blir sjelden motsagt den dag i dag (Geels, 1991). Når det gjelder religion, finner jeg ikke mer avklarende og innsiktsfulle definisjoner i forhold til mitt eget utgangspunkt enn hva finnes i James’ mesterverk ”The Varieties of Religious Experiences” (VRE) (1902/2003). Derfor skal jeg her gjengi fire sitater for å orientere om hva jeg mener med religion når jeg kategoriserer spirituell overgivelse som en religiøs opplevelse og innunder religion: (1) ”Religion (...) shall mean for us the feelings, acts, and experiences of individual men in their solitude, so far as they apprehend themselves to stand in relation to whatever they consider the divine” (ss. 29-30). (2) Religion som opplevelse er for James relasjonell: “the relation goes direct from heart to heart, from soul to soul, between man and his maker” (s. 28); (3) Videre skriver James om religionens i dens bredeste og mest generelle karakter: ”one might say that it consists of the belief that there is an unseen order, and that our supreme good lies in harmoniously adjusting ourselves thereto. This belief and this adjustment are the religious attitude in the soul.” (s. 46).

For ikke å gjøre meg til skyteskive for samme kritikk James ble utsatt for, vil jeg poengtere at religion selvsagt også har kulturelle og institusjonelle uttrykk som all personlig religion må sees i sammenheng med (Wulff, 1997). Det er viktig å være seg bevisst at individets religiøse sosialisering (Geels, 1991) i avgjørende grad påvirker hvordan et individ tolker sine opplevelser av religiøs art, både hva oppleves i øyeblikket og hvordan mennesket i

etterkant. Siden slike opplevelsers av natur vanskelig lar seg uttrykke og er av høyst personlig (James, 1902/2003) og symboltung (Jung, 1965) karakter, er de slik de fremstår for individet en del av en livsarv, sterkt forbundet med individets selvforståelse og oppvekst (Pollan, 2005). Ulike uttrykk for hva Geels (1991) kaller innholdet i de mystiske opplevelsene kan komme av forskjeller i hvilken tro og religiøs symbolikk man har i forkant av opplevelsen, slik at de narrative uttrykkene individer rapporterer fra slike opplevelser kan reflektere deres intellektuelle- og trosforestillinger (Skoie, 2008), fordi den religiøse erfaring alltid er historisk situert og kontekstuell forankret og alltid vil preges av dette (Engedal, 2003).

2.2. Spiritualitet

Spiritualitet ser jeg som synonymt med det norske uttrykket *åndelighet*, hvilket vil forstås å representere nøkkelfunksjonen i religion (Mahoney & Pargament, 2004). Spiritualitet er foreslått å skille seg fra alle andre psykologiske attributter ved at det er sentrert omkring persepsjon av det hellige, en kvalitet som særlig inkluderer konsepter som Gud, det Guddommelige, det metafysiske og det transcendent (Pargament & Mahoney, 2002), hvilket jeg synes det er vanskelig å skille fra James' (1902/2003) avgrensning av religion som relasjon til hva enn enkeltmennesket for seg selv anser som Guddommelig.

Selv om religionspsykologer tradisjonelt ikke har skilt mellom begrepene "religion" og "spiritualitet" (Wulff, 1997), har det senere vokst frem en tendens til å polarisere disse, for eksempel *religion* som negativ, ekstern, institusjonell, dogmatisk og statisk kontra *spiritualitet* som positiv, personlig, relasjonell, dynamisk, funksjonell og livsfremmende (Pargament & Mahoney, 2002; Zinnbauer, Pargament & Scott, 1999). Men det er ikke min mening å gjøre dette i denne oppgaven, i tråd med flere forskere i feltet som påpeker at en slik polarisering vitner om begrenset forståelse av begge konstruktene (Pargament, 2007; Richards & Bergin, 2005). Jeg tror polene kan tegnes opp innen begge fenomener. Spiritualitet viser til det enkelte menneskets erkjennelse av sin åndelige natur, evne til å oppdage, erfare og gi uttrykk for den åndelige kilde i en selv – en evige og uforanderlige sammenbundethet mellom individet og hva det forstår som det Guddommelige (Boyatzis, 2005; Fontana, 2003).

2.3. Mystikk

Religiøse og spirituelle erfaringer kan sies å ha sine røtter og senter i mystikken eller mystiske bevissthetstilstander (Geels, 1991; James, 1902/2003). Når jeg snakker om spirituelle og

religiøse opplevelser, vil jeg gjennom oppgaven holde særlig fokus på de mystiske trekkene som beskrives som følger: Mystikk handler om et møte med en *høyere eller en ytterste* virkelighet, en eller annen form for direkte kontakt med en suprahuman verden, hvilket har en tendens til å medføre forandret virkelighetsoppfatning, en ny måte å se seg selv og omverdenen på og en følelse av å være en betydningsfull, utvalgt person som har fått spesielle innsikter og en viktig misjon å oppfylle (Geels, 1991).

Jeg vil igjen referere James' hundreårgamle definisjoner, da også han på dette området fremholdes som overordnet referanse (Fontana, 2003; Geels, 1991). James (1902/2003) definerer mystiske opplevelser, betegnet som sinnstilstander, ut ifra fire kjennetegn:

- (1) Utsigelighet: Opplevelsene må erfares direkte og kan ikke meddeles eller overføres til andre og på ingen måte uttrykkes gjennom ord på en adekvat måte, og ligner dermed mer følelsestilstander enn intellektuelle tilstander. Slik man selv må ha elsket for å forstå en elskendes sinnstilstand, er det umulig for en som har hatt en mystisk erfaring å forklare dette for en som aldri har hatt det.
- (2) Noetisk verdi/intellektuell innsikt: På tross av preg av å være følelsestilstander, oppleves de som erkjennelsestilstander som gir innsikt i dypere sannheter av stor betydning og meningsfylde hinsides hva ord eller intellektets logikk kan begripe (se også Bjærke, 2003)
- (3) Flyktighet: Disse tilstandene kan ikke opprettholdes lengre enn som regel en halv time, og toppen 1-2 timer. De gjenkalles kun ufullstendig i hukommelsen allerede i umiddelbar ettertid, men gjenkjennes med det samme ved tilstandens tilbakevending. De medfører en kontinuerlig utvikling i retning av noe som oppleves som indre fylde og betydningsfullhet.
- (4) Passivitet: Individet føler det som om dens vilje var passiv i tilstanden, og i ettertid kan det føles som om man i tilstanden var grepet og holdt fast av en høyere makt.

2.4. Spirituell transformasjon

Spirituell overgivelse innebærer såkalt spirituell transformasjon. Transformasjon har alltid vært et kjerneområde i religionspsykologien (Emmons, 2005). Men i kontrast, skriver Pargament (1997), har allikevel mesteparten av vitenskapelig teori og forskning oversett det religiøses transformerende natur med potensial til å skape radikale personlige forandringer. I følge Fontana (2003) representerer spiritualitet generelt en erfaring som innebærer en eller annen type forandring eller utvikling. Begreper som brukes i ulike religiøse og spirituelle tradisjoner for slike forandringer er "*oppvåkning*", "*opplysning*", "*frihet*", "*metamorfose*" og "*helhet*". Knyttet til dette er en konsekvens av mystikkens erfaringer og dens utpregede

særdrag at livet ikke lenger er det samme etter denne opplevelsen (Geels, 1991). Nærmere sagt innebærer dette at personligheten får et nytt sentrum, og mennesker som ellers preges av mangfold og splittelse opplever en enhet som ligger på et annet plan enn det hverdagslige (Geels og Wikström, 2003). Personene gjennomgår også endringer i atferdsmønstre og sitt syn på tilværelsen som konsekvens av slike opplevelser. Generelt viser forskning at spirituell transformasjon medfører en radikal reorganisering av ens identitet, mening og formål i livet (Spilka, Hood, Hunsberger & Gorsuch, 2003)

3. Dominerende holdninger til religion og spiritualitet

3.1. Marginalisering og neglisjering innen mainstream psykologi

Gjennom menneskets historie står religion utvilsomt som en tungvekt i formidlingen av menneskets tanker og atferd. Lite annet har hatt større innflytelse på individer, kulturer og samfunn (Fontana, 2003). Men selv om pionerer i psykologien som William James, Erik Erikson, Jean Piaget og Carl Jung hadde en genuin interesse for religiøsitetens betydning for menneskets atferd (Fontana, 2003; Murken, 2005; Skoe, 2008; Wulff, 1997; Zinnbauer & Pargament, 2005), har den akademiske psykologien gjennom det 20. århundret kun viet sporadisk oppmerksomhet til prosesser og fenomener som preger menneskelig religiøsitet (Berggraf & Reme, 2006; Donahue & Nielsen, 2005; Paloutzian & Park, 2005). Jung, blant flere autoriteter i faget, ga religiøsitet forrang som psykologisk virkelighet og tema og hevdet at vitenskapen aldri vil og skal frigjøre seg fra sine røtter i religionen (Pollan, 2005). Han mente vitenskapelig psykologi representerer menneskets løsning for å forstå religionens verden (Jung, 1965). Men Freuds naturalistiske og reduksjonistiske holdning til religionen vant dominans, og religion ble plassert blant menneskets nevroses og noe det ville legge helt bak seg til kompromissløs fordel for naturvitenskaplig virkelighetsfortolkning (Nathanael, 2009; Pollan, 2005). Psykologien påstås å ha tabubelagt religion frem til bare få år siden, (Bjærke, 2003) en holdning som har blitt karakterisert som "religionsfobi" (Borgen, 2003a).

På mange måter var nok overgangen fra religionens hegemoniske monopoli på sannhet og virkelighetsfortolkning til vitenskapens kritiske rasjonalisme en frigjøring (Jones, J. W., 1992). Men med sverging til behaviorismen og Freuds naturalisme (Jones, G. S., 1994) og det nye medisinske verdigrunnlag og paradigme (Skoe, 2008), kan man si at psykologien har gitt menneskenes utvikling og fremgang hva kunnskap angår en ny tvangstrøye. Selv om religion i alle sine fasetter kan være dehumaniserende og at mennesker kan tro på Gud av nevrotiske grunner, er det etter min mening minst like forsvarlig å si at reduksjonisk holdning til

(Borgen, 2003b; Geels, 1991) og neglisjering av menneskets religiøsitet er dehumaniserende, og at mennesker like mye avviser tro på en Gud av nevrotiske grunner (Jones, J. W., 1992).

Oppsummert handler den såkalte religionsfobien om at psykologer, både i forskning og i klinisk praksis har tendert til å (a) ignorere spiritualitet, (b) anse spiritualitet som patologisk eller (c) behandle spiritualitet som en prosess som kan reduseres til mer grunnleggende psykologiske, sosiale og fysiologiske funksjoner (Pargament & Mahoney, 2002; Nathanael, 2009). Jeg mener det i studiet av religiøse og spirituelle fenomener er viktig å være bevisst denne marginaliseringen som virker å være av prinsippiell karakter. Når jeg skriver prinsippiell, mener jeg at når enkeltforskere eller marginale grener av faget inntar en legitimerende og aksepterende holdning til spiritualitet, eller når psykologien generelt hevdes å være i ferd med å åpnes for et positivt syn, så står dette i markant kontrast til at fenomenene konvensjonelt har blitt avvist som uvitenskapelige. I religionspsykologisk litteratur påpekes dette ofte når faget beskyldes for å helle mot å karakterisere religiøse opplevelser som virkelighetsflukt (Bjærke, 2003), irrasjonelle (Skoe, 2008), paradoksale (Cole & Pargament, 1999), illusoriske (Jung, 1965; Tart, 2004), patologiske (Austad & Follesø, 2003), fantasiskapte (Berenson, 1987) eller absurde (Baumeister & Exline, 2002; Wulff, 1997). En slik kontrast gjør det vanskelig å avgjøre om en fornyet interesse for religion og spiritualitet i positivt perspektiv er en midlertidig opphevelse av en seiglivet pariastatus, en forbigående trend (Roehlkepartan et al., 2006; Skoe, 2008), tegn på dyptloddende holdningsendring eller til og med et paradigmeskifte i psykologien (Emmons & Paloutzian, 2003).

Religionspsykologiens styrkede status handler i stor grad om et sterkt økende antall studier og litteraturmangfold som fremholder overbevisende grunner til at psykologer burde vie spiritualitet og religiøsitet betydelig oppmerksomhet. Dette går særlig ut på at (a) spiritualitet er et kulturelt og sosialt faktum (Paloutzian & Park, 2005; Pargament & Mahoney, 2002), (b) at i bred forskning viser spiritualitet å ha implikasjoner for en rekke aspekter ved menneskelig fungering og helse, ikke bare knyttet til patologi, men ikke minst til mestring, tilfriskning og resiliens (Austad & Follesø, 2003; Oman & Thoresen, 2005), for eksempel forbundet med resiliens- og mestringsfaktor i helserelatert risikoatferd som alkohol- og rusmiddelbruk (Avants & Margolin, 2005; Galanter, 2007; Leigh, Bowen, & Marlatt, 2005; Walker, Ainette, Wills, & Mendoza, 2007), konsekvenser etter negative, traumatiske og stressende livshendelser (Pargament, 1997; Oman & Thoresen, 2005; Taylor, 2006), selvregulering (Baumeister & Exline, 1999; Pargament & Mahoney, 2002; Wong-McDonald & Gorsuch, 2000), fysiologisk helse (Bormann, Gifford, Shively, Smith, Redwine, Kelly, Becker, Gershwin, Bone, & Belding, 2006; Wachholtz & Pargament, 2005), morbiditet og

mortalitet (Pargament, 1997). (c) Videre har studiet av religion og spiritualitet nå fått både politisk mandat (Kunnskapsdepartementet, 1995; Stortingsproposisjon nr. 63, 1997-98) og etisk forpliktelse (American Psychological Association, 2003).

Jeg vil dog understreke nødvendigheten av å være bevisst at det i utgangspunktet ikke er et entydig årsaksforhold mellom religiøsitet, mestring og psykologisk modning, fordi som mange fenomener kan dette tjene både sunne og nevrotiske behov. Dermed må man se religiøse opplevelser i sammenheng med andre faktorer hos individet og ikke isolert fra øvrig psykologisk utvikling og personlighetsfungering (Krøvel-Velle & Aasen, 2003).

Mitt blikkpunkt i denne oppgaven er spiritualitetens positive sammenheng med mestring og resiliens. Men det skal på ingen måte ignoreres at religion og spiritualitet gjennom menneskets historie har vært kilde til de verste scenarioer, både på individ- og samfunnsnivå. Menneskets religion, både personlige, tradisjonelle og fundamentalistiske uttrykk, har tjent som motivasjon til destruktivitet, hat og vold i krig, terrorisme og overgrep (Borgen, 2003b; James, 1902/2003; Richards & Bergin, 2005; Skoe, 2008). Religionens mørke side er svart som ingen natt kan bli. Men en lang tradisjon i psykologien for å utforske og påpeke nettopp dette kan legitimere utelatelse av denne delen av historien i min oppgave

3.2. William James' fenomenologi og spirituelle bedømmelse

I definisjonsavklaringen fremkommer William James' forskning som oppgavens faglige støttepillarer. I sin forskning på religiøse opplevelser har han antakelig preget religionspsykologien mer enn noen annen og troner faget som Klassikeren med stor K. Det er derfor naturlig å til en viss grad gjøre rede for hans metodiske, analytiske og faglige utgangspunkt som en toneangivende kontrast til den introduserte reduksjonistiske og marginaliserende holdningen til religion.

James er kjent for kvalitative analyse av dokumenter, nærmere sagt en fenomenologisk analyse av naive, ureflekterte opplevelser uforstyrret av religiøs teori og doktrine (Wulff, 1997). Han studerte den personlige religionens fenomener der hvor de forekommer i sin mest naturlige og mest tilgjengelige form via det han kaller de ekstreme tilfellers metode. Ikke ved å studere representative tilfeller av fenomener, men ekstremiteter av dem mener han kjernekarakteristikker kommer tydeligst til syne - som gjennom et mikroskop.

Den klassiske europeiske fenomenologiske modellen James trekker på kan sees som en prosess i tre steg: Først en intuitiv forståelse, hvor man uten å bli fullstendig oppslukt absorberes i fenomenet. Samtidig beholdes en viss kritisk avstand for å kunne sammenligne

med andre relaterte fenomener og kunne gjøre seg bevisst faktorer som kan begrense eller forstyrre ens observasjoner. Andre steg handler om forsiktig adskille fenomenets ulike elementer og samtidig å se etter deres strukturelle organisering. Dette er dog ikke et ensidig fokus på oppsplitting av fenomenets komponenter. Disse to første stegene er blitt vurdert som en vanskelig oppgave om man er en utenforstående uten personlig erfaring av fenomenet, en prosess som gjennomføres i tålmodig stillhet. Tredje steg handler om å beskrive fenomenet gjennom et slags klassifiseringssystem, en metafor eller analogi. Her lå James' styrke, for eksempel med hans enestående karakteristikk av mystiske opplevelser (Wulff, 1997).

Hovedverktøyet i James' forskning på religiøse opplevelser var introspeksjon, hvilket James beskrev som "genuine observations of genuine events, events that most persons are too conventional or too literal to note at all" (Wulff, 1997, s. 485). I James' fenomenologi ligger en svært utfordrende påstand om at man aldri kan penetrere religiøse følelser eller det Guddommeliges indre karakters mening og natur ved å stå utenfor. Man er derimot selv nødt til å "ha vært der" for å kunne forstå dem. Men om man som vitenskapsmann ikke har det, så er man overlatt til et ansvar om å observere så godt man kan de som opplever dem og registrere trofast hva man observerer, en tilnærming Wulff benevner som *empatisk forståelse*.

James gjorde det klart at han selv var en utenforstående når han utforsket den religiøse opplevelsen og mente det var et personlig tap og en faglig svakhet at han ikke hadde egne opplevelser å forankre sin forståelse i. Men allikevel forfulgte han med enorm iver og evne sitt vitenskapelige prosjekt med å forsvare opplevelse, og ikke filosofi, som den virkelige ryggraden i det religiøse liv. Videre ønsket han å gjøre sine lesere i stand til å tro at, på tross av alle religionens dogmatiske og doktrinale manifestasjoner av absurd og moralsk problematisk karakter, er det religiøse liv i helhet menneskehetens viktigste funksjon (Wulff, 1997). Fremfor en eksistensiell bedømmelse av religiøsiteten, det vil si generelle beskrivelser, klassifisering og kausal- og opprinnelsesanalyse, var James mest opptatt av en *spirituell bedømmelse*, en analyse av den private, indre religiøse opplevelsens uerstattelige verdi; dens signifikans, viktighet og mening i menneskelivet (Wulff, 1997).

Den spirituelle bedømmelsen var James' ultimate mål. Med denne søkte han å kunne strippe dogmer og tilbedelse fra deres historiske bekledning og slik skille ut doktriner som er i uoverensstemmelse med vitenskapelig forskning. Dermed vil man kunne ende opp med funn man kan anta som hypoteser om fenomenenes verdi og natur og videre kunne nærme seg en konsensus om religiøse tema. James mente at det var grunnleggende for en slik bedømmelse å begynne med stadfestelse av hva som kan være den vedvarende, essensielle kjernen i religion. Dette mente han finnes i en uniformitet i religiøse følelser som ligger under religiøse tankers

enorme diversitet, mens ideer, symboler og mangfoldet i religiøs lære kun er sekundære og ikke nødvendige for det religiøse livet, selv om det kan være hjelpende (Wulff, 1997). De bestandige, karakteristiske religiøse følelsene er vissheten om en orden karakterisert som "cheerful [and] expansive" (James, 1902/2003, s. 390), en slags visshet om at "great and wondrous things are in the air" (s. 390), en "readiness for great things", en følelsestilstand som "overcomes temperamental melancholy and imparts endurance to the Subject, or a zest, or a meaning, or an enchantment and glory to the common objects of life (s. 390).

James' spirituelle bedømmelse konkluderer med at *saintliness*, hans samlebetegnelse for effekter av en moden religiøsitet, eller dens modne frukter, er på lang vei uniforme på tvers av alle tradisjoner og kulturer. James skriver at i dag må man kunne evaluere religionens frukter ut ifra "the helpfulness in general human affairs" (s. 276). For å evaluere dette, skriver Wulff (1997), må vi spørre oss i hvilken grad de spirituelle dygder kan hjelpe oss å møte livets vanskeligheter: I hvilken grad fyller de menneskelige behov?

3.3. Transpersonlig psykologi

Et felt som også befatter seg med erfaring som berører de dypeste nivåer av psykologisk og spirituell liv, er transpersonlig psykologi (TP) (Hidas, 1981). Siden 60-tallet har TP utfordret dagens rådende medisinsk-fysikalistiske paradigme og likeledes det mekanistiske og materialistiske verdens- og menneskebilde. Dermed tilskrives TP samme grenslandsstatus som religionspsykologien. I følge en rekke forskere demonstrerer studier innen TP, for eksempel på psi-fenomener som telepati, med høy vitenskapelig metodologisk rigør at bevisstheten er mer enn hjerne og nervesystem og fremviser empirisk grunnlag for at psykologien bør vurdere transpersonlige fenomener som å være virkelige (Bastiansen, 2003; Brudal, 1984; Tart, 2004). TP har i den senere tid vunnet stor oppmerksomhet hos sentrale psykologer og psykiatere som også preger mainstream-områder i psykologien, hvilket skal ha bidratt til et bedre klima for religionspsykologien (Fontana, 2003; Wulff, 1997).

En generell definisjon av TP er foreslått som følger: "TP is concerned with the study of humanity's highest potential, and with the recognition, understanding, and realization of unitive, spiritual, and transcendent states of consciousness." (Lajoie & Shapiro, 1992, s. 79). TP er altså delvis forbeholdt spirituelle opplevelser, men studerer generelt menneskelig natur og utvikling med en antakelse av at mennesket besitter potensialer hinsides det normalt utviklede egoets begrensninger. TP tilbyr dermed en ny teoretisk plattform, antakelser og hypoteser for å studere og analysere spirituelle opplevelser (Greenwood, 1995). Her sees den

menneskelige psyke som innehaver av også en kosmisk dimensjon, hvor spiritualitet antas å utgjøre en iboende egenskap og distinkte lag av psyken som virker når bevissthetsutvikling når en viss dybde. Dette fører til en utvikling av et nytt verdensbilde hvor spiritualitet blir en naturlig og signifikant del av tilværelsen. I TP er det sentralt med en kosmologi med åpenhet for eksistensen av en overmenneskelig, høyere bevissthet som kan kalles for *verdensånd*, *Guddom*, *altomfattende bevissthet* eller liknende (Moxley & Washington, 2001; Wulff, 1997)

I mainstream psykologi har dog transpersonlige opplevelser blitt sett på som illusjonistiske og ofte patologiske, fordi bevissthet som regel forstås som noe som kun kan operere innen hjernen og nervesystemet (Tart, 2004). Det sentrale ved utenomkroppslige opplevelser kan sies å være at ens bevissthet og persiperende jeg virker være atskilt fra ens fysiske kropp. Det er interessant å bemerke at visse grunnelementer i slike opplevelser samsvarer med karakteristikk av mystiske opplevelser, for eksempel følelse av harmoni, enhet og å være kontrollert av en kraftkilde utenfor selvet (Amundsen, 1981). I tradisjonell psykologi, som for eksempel kroppsbilde-psykologien sees slike opplevelser som uttrykk for drastiske, patologiske forstyrrelser av kroppsbilde og – grense. I likhet med de fleste mystiske opplevelser har også disse blitt assosiert med hallusinasjonsbegrepet (Amundsen, 1981). Men visse psykologer gjennom tiden har sett dette i forhold til kvantefysikk, slik Jung gjorde i sin teori om det kollektive ubevisste og religiøse erfaringer (Pollan, 2005). I tillegg til teori fra astrofysikkmodeller og subatomære forhold, har dette åpnet for alternative modeller for TP-forståelse av mennesket og verden (Brudal, 1984).

4. Tidligere forskning på spirituell overgivelse

Som sagt kan vi sies å leve i et samfunn hvor det å gi opp kontroll og erkjenne at man er hjelpsløs anses som et nederlag. I det henseende vil overgivelse assosieres med fremmedgjøring, passivitet, hjernevasking (Gordon, 1984; Mahoney & Pargament, 2004) og maladaptive, eksterne årsaksattribusjoner (Geels, 1991; Hidas, 1981; James, 1902/2003; Jones, G. S., 1994). Kognitivt kan dette knyttes til ego-konservering, et psykologisk prinsipp som foreslår at overgivelse vil oppleves som et tap for selvet, og ikke seier. Forskning på spiritualitet og spirituell overgivelse i kognitivt perspektiv viser nå at dette til dels er feil. I motsetning til stereotyper foreligger det lite empirisk grunnlag for å anta at den spirituelle overgivelsen er disfunksjonell (Mahoney & Pargament, 2004; Rambo, 1993).

Før jeg går videre vil jeg gjøre det klart at når jeg snakker om spirituell overgivelse, må det være oppe i dagen at det er avgjørende forskjell på hva man overgir seg til (Cole &

Pargament, 1999; Pargament, 2007). Det vil si at å overgi seg til det spirituelle ikke handler om å overgi seg til for eksempel en religiøs leder eller autoritet, en spesifikk dogme, doktrine eller sosialt fellesskap, selv om dette, som jeg skal komme inn på, kan fasilitere overgivelse.

Overgivelsesforskningen er i seg selv mangfoldig. Kort nevnt innebærer disse studiene hovedsakelig: (a) nevropsykologisk forskning hvor omvendelse knyttes til endring i temporallappene (Flekkøy, 2004; Fontana, 2003) og spesifikke nevrologiske strukturer og svekking av selv-relatert stimuli i informasjonsprosesseringen (Han, Mao, Gu, Zhu, Ge & Ma, 2008), (b) forskning på kognitive stiler hvor man identifiserer endringer i individets kognitive informasjonsbearbeiding mot en mer reseptiv stil lik situasjoner av avspenning og dagdrømmeri når man "lar ting skje" (Geels, 1991) og (c) studier av selvregulering og selvkontroll (Baumeister & Exline, 1999; Cole & Pargament, 1999; Dyslin, 2008; Geyer og Baumeister; 2005). Dette er studier som særlig utforsker hva Cole og Pargament (1999) identifiserer som et kognitivt skifte som følge av spirituell overgivelse.

Jeg har i kontrast til dette funnet det fruktbart å se spirituell overgivelse som et erfaringsmessig skifte (Berenson, 1987). Dette innebærer at endring i motivasjon, affekt, verdier, persepsjon, tanke og atferd knyttes til individets opplevelse av å komme i kontakt med en dypere virkelighet, det Ultimate eller Guddommelige (Cole & Pargament, 1999). I denne prosessen identifiserer Cole og Pargament (1999) tre hovedaspekter: (1) Anerkjennelse av en opphøyet verdi eller et større gode i en tilsynelatende negativ situasjon, (2) opplevelse av en opphøyet tilstand av væren, som ofte beskrives som en tilstand av total aksept hvor man utvikler følelser av helhet, fredfullhet, takknemlighet og medfølelse, og (3) til slutt *selvtranscendens*, hvor individet opplever selvet i relasjon til en høyere mening eller transcendent, dypere virkelighet som verdens senter. Her bryter individet med troen på selvkontroll og går fra å "leke Gud" til å søke Gud i sitt liv. Dette skiftet har Pargament kalt for *transformasjon av signifikans*, hvor det som organiserer og styrer ens tanker og atferd endres fra å være kontroll til det hellige.

Jeg vil nå trekke frem to kontekster jeg har identifisert som utforsker disse aspektene i særlig grad: (1) spirituell overgivelse i en århundrelang forskningstradisjon på religiøs og spirituell omvendelse og (2) spirituell overgivelse som terapeutisk agent i de velkjente men enda kontroversielle 12-stepsprogrammene utviklet av AA. Jeg vil også utdype forskningen på overgivelse i forhold til ulike religiøse mestringsstiler for å klargjøre hva psykologien kan si om adaptive og maladaptive uttrykk for religiøsitet knyttet til spirituell overgivelse.

4.1. Spirituell overgivelse og omvendelsesforskning

Den spirituelle overgivelsen som begrep i psykologien kan man minst trekke tilbake til James (1902/2003), som peker på dette som et avgjørende element i omvendelser, et element som beskrives som *gjenfødelse*, hvor individet *gir slipp* i tillit til Gud. Dette er direkte knyttet til frelsebegrepet i Luthersk tradisjon, hvor det er tro, i semantisk betydning *tillit*, som frelser og åpner for en relasjon til Gud. Individet erkjenner at Guds ordning og anretning av livet og verden er rettferdig og fullkommen, at Gud legger til rette og veileder individet gjennom ånden. Denne erkjennelsen går parallelt ut på at individet ser seg selv som ute av stand til å overgå Gud i sin ordning og plasserer sin egne vilje underlagt Guds. At Gud er overlegen innebærer at Hans vilje og mening er av et abstraksjonsnivå og rasjonale som er utilgjengelig for mennesket og kan av intellektet oppfattes som kaos. Man kan derimot få tilgang til den via overgivelsen, hvor viljesforsøket på å kontrollere verden og seg selv gis opp slik at ånden får rom til å lytte til Guds veiledning og oppdage den skjønnhet, innsikt og storhet som ligger i hvordan Han har anordnet verden. James hevder at gjenfødelsesfenomenet som følger overgivelsen, preget av en kombinasjon av optimisme og forventning, gradvis eller plutselig, er faste kjensgjerninger i den menneskelige natur, uavhengig om man setter det i en theistisk, panteistisk-idealistisk eller medisinsk-materialistisk årsakssammenheng.

Omvendelse handler hos James (1902/2003) om en *omdannelse*, hvilket innebærer at et tidligere perifert forestillingssystem stilles i sentrum, fremfor det bestående, og påvirker ens bevissthetsstrøm. James ser den menneskelige bevisstheten som et system av forestilinger, som stadig veksler, en dynamikk han kalte for *bevissthetsstrømmen* (the stream of consciousness). Man er hele tiden innom ulike forestilinger etter som hvilken situasjon man er i. Men når det sentrale, dominerende forestillingssystemet endres dramatisk og omstruktureres og erstattes av et religiøst, snakker man om omvendelse (se også Geels, 1991).

James (1902/1963) skiller mellom to typer omvendelse, hvor hovedfokuset klart ligger på hva han kaller *selvoppgivelsestypen*. Der skjer omvendelsen plutselig og som regel dramatisk med et intenst og emosjonelt preg. I *viljestypen* foregår prosessen foregår suksessivt og stegvis, drevet frem ved kontemplasjon og kognitiv, logisk resonnering. Distinksjon knytter James til den prominente religionspsykologens Starbuck sin distinksjon mellom *onceborn* og *twiceborn* omvendte, hvor sistnevnte sees parallelt med selvoppgivelsestypen.

Allikevel har det siden James vært uenighet i omvendelsesforskning om hvorvidt man skal betrakte omvendelse som en dramatisk, plutselig hendelse eller som en gradvis endringsprosess. På en side mener man omvendelsen kommer som en fullstendig overraskende forandring i tro og holdninger, ledsaget av sterke følelser og emosjonelt ladet

åndelig oppvåkning, mens den gradvise synsvinkelen plasserer omvendelse som prosess hvor oppvåkningen skjer gradvis, som en vekst-, modnings- og utviklingsprosess, i en slags stadietilnærming (Rambo, 1993). James (1902/2003) mente at dette ikke var noen radikal distinksjon og heller ikke nødvendigvis et konstruktivt eller substansielt skille, særlig fordi begge overlapper i det mest essensielle, nemlig effektene de har på individet. Men James valgte dog å studere utelukkende den plutselige typen da han mente at det var her omvendelsesfenomenet kom tydeligst til uttrykk og klarest ville la seg studere vitenskapelig.

James' syn bekreftes i nyere forskning på spirituell transformasjon i omvendelse. Det det dog ut til at størsteparten av religiøs omvendelse innebærer gradvis forandring som kulminerer i et distinkt skifte i religiøs orientering (Mahoney & Pargament, 2004; Rambo, 1993). Men omvendelse rapporteres helt klart også som en mystisk opplevelse som i religiøse tradisjoners teori og anekdoter. Forskning bekrefter videre at substansen og effekten av begge typer essensielt er den samme (Mahoney & Pargament, 2004; Zinnbauer & Pargament, 1998).

Vår tids mest sentrale teoretiker innen religiøs omvendelse, Lewis Rambo (1993) beskriver overgivelse som en indre prosess av forpliktelse (commitment), og sier at det er et av de vanskeligste aspektene å forstå ved omvendelsen, like mye som det kan være det vanskeligste aspektet for konverterte individer å oppnå på en vedvarende, overbevisende måte. For mange omvendte er overgivelsen et vendepunkt, vekk fra det gamle livet til begynnelsen på et nytt, og ikke fremdrevet av individets egne kontrollerte viljeshandling, men av kraften i Guds nåde. Jeg tolker dette som at Guds nåde peker på noe som ligger potensielt *i* verden og *i* individet, som en lengsel på linje med lengsel etter å elske en kjæreste, og ikke så mye et intellektuelt, rasjonelt valg individet tar for å oppnå noe.

Rambo (1993) skriver at overgivelse i mange religiøse tradisjoner innebærer en total indre frasigelse av kontroll og underkastelse overfor en autoritet; en guru, åndelig lærer, religiøs institusjon eller lignende. Rasjonalen her er at underkastelsen kreves for at individet skal kunne hengi seg fullstendig for å oppnå en spirituell bevissthet overlegen den ordinære, hverdagslige. Det virker her som om Rambo viser til den spirituelle overgivelsen som avhengig av religiøse, institusjonelle autoriteter, til forskjell fra James' fokus på mystisk erfaring. Jeg tror ikke James så overgivelse som frigjort fra sin sosiale kontekst, men mente at essensen i overgivelsen ikke ligger der. Slik jeg tolker Rambo, ser han ikke overgivelsen som direkte effekt av underkastelse, men han påpeker at den sosiale konteksten overgivelse foregår i kan medierer og fasiliterer frasigelse av kontroll og viljestyrke ved for eksempel sosial indusering av kognitive aspekter forskning har vist er knyttet til overgivelsen.

Det mest sentrale er dog at mennesket har et medfødt potensial for omvendelse (James, 1902/2003; Rambo, 1993) ofte provosert frem av krise og desperasjon (Geels, 1991). Dette kan medføre bevegelse hinsides selvet hvor individet ser sin tilværelse i et eksistensielt perspektiv hvorpå ens tillit til et logisk, rasjonelt verdensbilde og virkelighetsforståelse ikke lenger gir mening og sammenheng, og dermed ikke opplevelse av kontroll. I omvendelsen aktiveres et orienteringssystem av sakral, spirituell essens (Geels, 1991; James, 1902/2003) enten gradvis eller plutselig (Pargament & Mahoney, 2002). Samtidig mener Rambo (1993) man ikke må ignorere menneskets vilje og aktive valg i dette bildet. En fullstendig integrering av dette nye orienteringssystemet i ens liv avhenger av at mennesket velger å utforske dette, samtidig som religiøs sosialisering kan assistere den gradvise utviklingen av et nytt orienteringssystem. Dette innebærer også i etterkant å utvikle meningsbærende språk og symboler og finne mening knyttet til disse grensesprengende opplevelsene.

Jeg vil oppsummer ved å presentere de fem elementene Rambo (1993) identifiserer i den spirituelle overgivelsen knyttet til omvendelse. Disse forekommer ikke i noen kronologisk rekkefølge, men overlapper hverandre og er innvevd i en dynamisk prosess. Rambos elementer utgjør: (1) *lengsel* (desire) etter overgivelse ut ifra en dyp forståelse av overgivelse som nødvendig for gruppeidentitet i religiøse bevegelser eller en innsikt i at overgivelsen er ufravikelig på veien til spirituell transformering, (2) *konflikt*, mellom behov for selvkontroll og behovet for spirituell overgivelse og transformasjon, hvor frykt og lengsel er motsetninger i konflikten, (3) *gi slipp*, en løsning på konflikten som kan kreve "a figurative leap of faith" (s. 133), hvilket bringer (4) en opplevelse av *lettelse, frigjøring og gjennombrudd*, og til slutt (5) *oppretholdelse*: Overgivelse tenderer til å være fragil og ustabil, hvilket krever at individet kontinuerlig går gjennom de andre fire elementene for å gjenoppleve og stadfeste overgivelsen.

4.1.1. Spirituell omvendelse

I en nylig publisert artikkel behandler Mahoney & Pargament (2004) hva de kaller *spirituell omvendelse* som en underkategori av religiøs omvendelse. Jeg har valgt å fokusere på denne spirituelle som begrenser seg til *den indre verden* av religiøs omvendelse, dette i tråd med min begrepsavklaring. Det er også et sentralt perspektiv fordi det peker mot en fenomenologisk forståelse av fenomenet, til forskjell fra et dominerende sosiologiske og antropologiske fokus i omvendelsesforskning på individers tilpassning til spesifikke religiøse grupper.

Spirituell omvendelse innebærer en todimensjonal omorganisering av relasjonen mellom selvet og det hellige: For det første betyr dette en endring i individets livsmål mot det hellige, det vil si at individet anser dets indre relasjon til det Guddommelige for å være det viktigste og mest meningsfulle i deres liv. For det andre innebærer dette at individet endrer sitt liv for å søke det hellige, det vil si omformer sin hverdag for å nærme seg det hellige. Dette kan bety at individet forandrer sin forståelse av det hellige, seg selv, sine relasjoner og sin plass i universet. En sekundær konsekvens av individets indre opplevelse av å få nytt fokus i livet, er at det skifter alt fra personlige relasjoner, vaner, tankemønstre, emosjonelle reaksjoner og så videre (Mahoney & Pargament, 2004). En analyse av fenomenet spirituell overgivelse ut ifra et slikt rammeverk, vil altså ikke primært knytte transformasjon til sosiale gruppeprosesser eller sosial påvirkning, selv om dette klart er sentralt.

4.2. Forskning på Anonyme Alkoholikere (AA) og 12-stegsprogrammet

For å forstå fenomenet spirituell overgivelse, har jeg lett frem en konkret kontekst hvor dette etter min mening forekommer i sin tydeligste form og fått øynene opp for AAs 12-stegsmodell. AA har blitt beskrevet som en moderne religiøs bevegelse (Pargament, 1997) som avkrever sine medlemmer for en religiøs overgivelse og omvendelse (Jones, G. S., 1994). Rettere sagt er AA en selvhjelpsgruppe som bygger på en behandlingsmodell kaldt *12-stegsprogrammet* hvor spirituell overgivelse og *åndelig oppvåkning* er ufravikelige kardinalbetingelser for tilfriskning fra avhengighet (Jones, G. S., 1994; Tonigan, Toscova, & Connors, 1999). Modellen oppfordrer til fundamental forandring av individets relasjoner, verdensanskuelser og livsstil (Pargament, 1997), en transformasjon veiledet av 12 steg som representerer en måte å leve livet på og mestring av avhengighet som et gjennomgripende livsproblem i et livsløpsperspektiv (Vederhus, Kristensen, Tveit & Clausen, 2008).

AA har siden stiftelsen i 1935 fått enorm oppmerksomhet på verdensbasis med tanke på deres over 114 000 grupper hvorav 165 er organisert i Norge. Deres 12-stegsmodell er videre blitt tatt i bruk av mange andre typer selvhjelpsgrupper med fokus på andre målgrupper og tvangsmessig avhengighetsatferd (Vederhus et al, 2008). Men de har derimot høstet svært liten oppmerksomhet fra psykologisk fagmiljø (Jones, G. S., 1994), enda deres modell er dypt og nøye forankret i og bygger på psykologisk teori, nærmere bestemt religionspsykologisk forskning fra sentrale klassikere som James, Jung og Frankl (AA, 2006).

Internasjonalt ser man at 12-stegsmodellen har møtt økende oppmerksomhet fra psykologiske og medisinske forskningsmiljøer og behandlingsinstitusjoner. Men i Norge

virker helsepersonell å inneha skeptiske og negative holdninger til modellen. Studier har identifisert dette som fordommer i form av skjulte og gjerne ubevisste motforestillinger om språkbruk og idégrunnlag, særlig med tanke på åndeligheten i programmene representert i begreper som "åndelighet", "høyere makt" og "Gud". I tråd med påstanden om religiøse temaers marginaliserte status i psykologien, tenderer AA-modellens religiøse fundament mot å virke fremmed på majoriteten av behandlere. I tillegg til filosofiske motforestillinger viser studier også at manglende henvisning til 12-stegsgrupper kommer av for lite kunnskap om disse og deres nytteverdi. Men på verdensbasis er situasjonen en helt annen. På AAs verdenskongress i USA opplyste 62 % av deltakerne at deres første møte med en gruppe var på anbefaling fra helsepersonell. Og i dag har 12-stegsgrupper fått politisk mandat i Norge. *Opptrappingsplanen for psykisk helse sin Nasjonal plan for selvhjelp* anbefaler nå bedre utnyttelse innen det offentlige helseapparatet av den ressursen selvhjelpsgrupper utgjør, spesielt med tanke på 12-trinnsbaserte programmer. Dette støttes av nyere forsknings evidens for nytten av å delta i slike grupper (Vederhus et al., 2008).

De 12 stegene handler mest av alt om en levemåte, om verdier, holdninger og handlingsoppfordringer. De er ikke strengt kronologiske, men må gjennomføres som en del av ens daglige levesett, ikke én gang for alle. Grovt sett handler de om å innrømme at man er maktesløs overfor avhengigheten og at viljestyrke kommer til kort i mange av livets settinger. Derfor skal man overlate sin vilje til en makt man erkjenner er større enn en selv, Gud, *slik en selv oppfatter Han*. Videre skal man foreta en ydmyk, utilslørt selvransakelse, gjøre opp for seg der man ser at man har påført andre skade, dyrke ens spiritualitet og dele sin historie og erfaring for å hjelpe andre (AA, 2006).

12-stegsgrupper har klart et spirituelt preg, men gjøres ikke dermed til religiøse bevegelser. Med det mener jeg at de har gjort sitt ytterste for å være uavhengig av ethvert dogmatisk preg, doktrine, autoritet og spesifikk trosoverbevisning. De fokuserer på å dyrke frem et fellesskap bygget på ikke bare anonymitet, men også tillit og frivillighet, både for medlemmer og når det gjelder organisasjonsstruktur og ledelse. Det er et minimum av sosialt press og forventninger til medlemmene for å skape et klima som fasiliterer overgivelse som en slags *terapeutisk regresjon*, som i tillitsfulle omgivelser skaper frigjøring, åpenhet og villighet til sårbarhet i emosjonelt inhiberte voksne (Jones, G. S., 1994; Vederhus et al, 2008).

4.2.1. Åndelig oppvåkning

I følge forskning på AA kan man ikke forstå behandlingsformen uten en seriøs vurdering av den spirituelle basisen for AA-programmet (Jones, G. S., 1994). Dette henger særlig sammen med at programmet fastholder at overgivelse må rettes mot noe større enn individet av spirituell karakter i det øyemed å oppleve en åndelig oppvåkning. Individet vil ikke dra nytte av programmets potensial om det underlegger seg et annet menneskes kontroll eller dominans og retter sin fulle tillit til et annet menneske fremfor mot et Gudskonsept (Berenson, 1987). Individet kan dog begynne sin utvikling med å relatere seg til andre medlemmer og på denne måten bygge tillit til gruppen som helhet. Men virkelig gjennombrudd og opprettholdelse av bedring vil ikke skje før medlemmet har utviklet en relasjon til Gud og stadig dyrker en kontakt med en spirituell kilde til styrke og hjelp (AA, 2006; Jones, G. S., 1994).

4.2.2. Gudskonsept

Overgivelse kan også beskrives som et eksperimentelt skifte (Jones, G. S., 1994). På dette punktet skiller 12-stegsmodellen seg klart fra mange dogmatiske, religiøse bevegelser og doktriner. For i programmet fokuseres det på at hvert enkelt individ forholder seg til åndelighet og Gud på sine egne måter, slik de selv oppfatter dette. Det betyr ikke at de henvises til for eksempel sine barndoms Gudskonsepter, men at de oppfordres til å søke i seg selv en forståelse av det Guddommelige som gir mening for dem og appellerer til tillit og undring. Dette innebærer en kilde til indre styrke og trøst og samtidig en Gud som kan stilles spørsmål ved. Dette blir en slags tvil som vil tillate en å utvikle en stadig dypere forståelse og relasjon til Gud (AA, 2006; Jones, G. S., 1994).

Berenson (1987, s. 28) karakteriserer overgivelsen i AA som en handling av å ”give up willfulness in favor of willingness” i betydningen slutte å forsøke kontrollere ved å utvise viljestyrke, egenrådighet og selvtilstrekkelighet og åpne seg for oppdagelsen av en høyere kraft. Jones (1994) påpeker at AAs prinsipper understreker at forsøk på bedring vil feile om overgivelse ikke både er en overgivelse *fra* velkjente selvkonsepter og en overgivelse *til* en usikker, ukjent, spirituell kilde hinsides ens selv-konsepter. I stedet for aksept av et dogmatisk Gudskonsept, begynner bedring i AA med villighet til å risikere *uviss handling*, det vil si et radikalt, eksperimentelt skifte hvor man tar *risikoen* på å søke en *eksperimentell tro* på ens egen, meningsfulle persepsjon av Gud. Dette behøver ikke være motivert av annet enn overbevisning inspirert av andre AA-medlemmers opplevelser. Mer skal ikke til.

4.2.3. Underkastelse

Overgivelse står i essensiell kontrast til underkastelse. Overgivelse handler om et behov, et behov med en åpen ende, uttrykkelsen av et åpent system av kreativitet man gir etter for. Men når dette behovet er nærmere et begjær, et sug, er det heller snakk om et lukket system med en destinasjon, et ukreativt, tvangsmessig behov motivert av drifter, hvilket utgjør en underkastelse. Overgivelsen har til forskjell fra underkastelsen en tendens til å vokse, differensiere og utvide seg i nye former på en uforutsigbar måte. Her preges man av en følelse av frigjøring, mens i underkastelsen er man bundet og avhengig. Underkastelse blir sett på som en perversjon av ønsket om overgivelse, eller også skyggesiden til det menneskelige behov for å høyakte og tilbe et transcendent objekt. Underkastelse kan sies å innebære en resignasjon heller enn aksept, det vil si at man heller enn å åpne seg for endring inn i det ukjente, motsetter man seg endring ved å gi opp selve behovet for endring (Ghent, 2001).

4.2.4. Aksept

Tiebout (1949) knytter overgivelse til aksept av virkeligheten, både på et bevisst og ubevisst nivå, en aksept som må opprettholdes som et karaktertrekk, ikke passivt, men i en aktiv og kreativ modus. Tiebout (1953) understreker at for å nå den avgjørende ubevisste aksepten, må man utvikle *helhjertet aksept*. Aksept defineres som en sinnstilstand hvor individet blir mottakelig for å ta ting inn heller enn å kjempe for å avvise eller motstå realiteter og virkelighet. Aksept må aktivt innarbeides i ens kjernepersonlighet, først ved bevisst streben som via overgivelsens spirituelle transformasjon utvikles på det ubevisste plan som et dypt ubevisst skifte mot en positiv livsholdning. Personer som opplever dette rapporterer om en enhetliggjørende opplevelse, som fjerner deres ambivalente tankegang hvor de på den ene siden tar avstand fra rusen, samtidig som de på et indre plan ikke klarer gi helt slipp, en destruktiv, skamfylt dobbelthet. AA-medlemmer rapporterer videre at det er gjennom overgivelsen at de for første gang føler helhjertet forpliktelse, en dyptloddende holdningsendring, og at de egentlig aldri før har virkelig villet slutte å drikke. Tiebout (1954) påpeker at dette ofte påfølges av frigjøring til flere helhjertede responser.

4.2.5. Ansvarlighet og autonomi

En studie som har gått i dybden i undersøkelse av spirituell overgivelse i AA er G. S. Jones' (1994) kvalitative studie av seks kasus fra AA av individer som har gjennomgått en vellykket spirituell overgivelse. Jones beskriver gjennom sin studie mønstre og dimensjoner i

overgivelsesatferden knyttet til tilfriskningsprosessen. Studien viser at selv om individene rapporterte å ha hatt lite effektiv spiritualitet under deres aktive fase av rusavhengighet, så attribuerer de etter behandling sin edruelighet og livstilfredshet til den spirituelle overgivelsesprosessen. Overgivelse sees som den primære ressursen de trekker på for å oppnå abstinens, motvirke tilbakefall (relapse) og opprettholde klarhet og hva de kaller sinnsro. Informantene attribuerte styrking av selvfølelse, selvansvar, livsmening og livsmål til den spirituelle overgivelsen. Hos Jones peker ansvarlighet seg ut som essensielt. Det sees som fatalt å plassere ansvarlighet for eget liv i et annet menneskes hender. Dette handler om unngåelse av en tilstand hvor man stiller eksistensielle spørsmål.

I overgivelse fremstår også autonomi som et kjerneelement. Ukritisk omfavelse av dogmer og konkrete svar utledet av andre hvor individets erfaring og selv slutter å være grunnlag for dets handlinger, holdninger og målsettinger (Cain, 1983) blir en slags overflatisk omvendelse. Dette knyttes til destruktive risikofaktorer og tegn til lav grad av ego-integritet, sterk grad av umoden konformitet og konvensjonell resonnering og fungering (Hidas, 1981).

4.2.6. Psykisk overgivelse, "foreclosed" overgivelse og "compliance"

Motsatsen til overgivelsens ansvarlighet og autonomi kaller Cain (1983) for *psykisk overgivelse*, en destruktiv tendens til nederlagtankegang og ansvarsfrasingelse i livet som i stor grad preger hva han kaller aggressiv og karismatisk fundamentalisme både i tradisjonell religion, New Age, nye, trendy spirituelt pregede terapier og guru-virksomhet. Psykisk overgivelse defineres som "the act of turning complete control of your life, all responsibility for your total existence, over to someone you percieve as stronger and more capable than you" (s. 6). Cain benevner psykisk overgivelse som en form for symbolsk selvmord, hvor man mister sitt liv ved å gi det bort. Dette må ikke forveksles med den mystiske overgivelsestilstanden når den kalles en symbolsk død. I psykisk overgivelse inngår en vedvarende selvfornektelse og ansvarsfraskrivelse hvor man neglisjerer det personlige selv og totalt identifiserer seg med en gruppe eller en karismatisk person. Her ligger det en fare for *altruistisk overgivelse*, et maladaptivt psykologisk forsvar hvor individet "through projection and indentification (...) receives gratification not from personal successes but from the acheivements of others" (Jones, G. S., 1994, s. 2). Som i underkastelse mister individet behov for undring og annet enn mesterens ord avvises. Slik innskrenkes perspektiv radikalt og konflikt, utfordringer og usikkerhet unngås fullstendig. I psykisk overgivelse mener Cain (1983, s. 7) at man unngår all anstrengelse og søker "effortlessly transform us, to open us to

peak experience, bliss, and joy, instantly, without work". Oppsummert innebærer overgivelse i kontrast at individet gjøres mer indre styrt, autentisk og selv-ansvarlig (Jones, G. S., 1994).

En annen motsats til overgivelse som distingverer fenomenet, er Berensons (1987) "*foreclosed*" overgivelse. Dette beskriver han som å gi fra seg ansvar og individualitet til fordel for andre sosiale størrelser og autoriteter, hvor selvet fremfor å utvides og transcenderes innskrenkes og domineres i en fraskrivelse av eget liv til fordel for en annens. Begrepet kan også sees i sammenheng med enda et fenomen som Tiebout (1953) tegner opp som et negativt uttrykk for overgivelse, "*compliance*". Dette handler om forsøk på å få slutt på ens eksistensielle søken heller enn å søke svar. Dette begrepet handler om livsstagnasjon heller enn transformasjon, og spirituell søken preget av dette kan kalles for kvasireligiøs- og kvasispirituell løsning eller *transcendental fornektelse* (Jones, G. S., 1994). I "*compliance*" opplever individet kun en delvis, bevisst aksept, en aksept av sin situasjon motivert av det praktiske faktum at for øyeblikket er mestring av virkeligheten umulig. Men i det ubevisste finnes en følelse hos individet av at en dag vil det ordne seg, når alle problemer vil overvinnes. Altså forekommer ingen helhjertet aksept, og en spenning og konflikt opprettholdes i fortsatt streben og kamp for kontroll (Tiebout, 1953).

4.3. Overgivelse som distinkt mestringsstil

I nyere forskning og interesse for selvregulering har man gjennom korrelasjonsstudier utpekt spirituell overgivelse som en distinktiv og adaptiv mestringsmekanisme. Denne forskningen bekrefter og utdyper funn fra omvendelses- og AA-forskning i mer velkjente psykologiske termer. Dette innebærer blant annet at overgivelse (a) knyttes til styrking av en særegen attribusjonsstil eller locus of control (LOC), *God control*, hvilket korrelerer med adaptiv, intern LOC og skiller seg fra maladaptiv, ekstern LOC (Pargament, Grevengoed, Kennell, Hathaway & Jones, 1988; Wong-Mcdonald & Gorsuch, 2000, 2004), (b) assosieres med styrket self-efficacy fremfor hjelpsløshet (Geyer & Baumesiter, 2005), og (c) viser seg å utgjøre en distinktiv mestringsstrategi spesielt adaptiv i situasjoner hvor individet opplever krise og desperasjon, hvor andre mestringsstrategier ikke fungerer og mulighet for selvkontroll er sterkt redusert. Denne er særlig knyttet til positive psykologiske variabler som kreativitet, innovasjon, bred interesse, åpenhet og sosial tilpasning. (d) Overgivelse motvirker i tillegg utmattelse og stress og frigjør selvregulerende ressurser (Cole & Pargament, 1999).

Overgivelse er også funnet å være knyttet til styrket grad av integritet (Gordon, 1984; Rambo, 1993), hvilket for mange vil virke ulogisk. I hvilken grad spirituell overgivelse er

effektiv avhenger av i hvilken grad spiritualiteten er integrert i individets liv (Shafranske & Sperry, 1999). Videre er velvære vist å være positivt relatert til religion som er "internalized, intrinsically motivated, and based on a secure relationship to God and negatively to a religion that is imposed, unexamined, and reflective of a tenuous relationship with God and the world" (Pargament, 2002a, s. 168). Med slike forskningsfunn om religiøs og spirituell orientering ser det ut til at Jung (1965) får rett i at psykologien har potensial til å forstå religionen som enestående og uerstattelig menneskelig funksjon.

I mestringsprosessen bringer menneskene inn et orienteringssystem, som Pargament (1997) beskriver som en generell referanseramme for å vurdere og hankses med verden, en ramme som hjelper til å støtte og dirigere individet gjennom vanskelige tider. En av mestringsens nøkkeloppgaver er å oversette det generelle orienteringssystemet til mestringsmetoder som er spesielt tilpasset den enkelte situasjons krav og utfordringer. Disse metodene genereres for å *konservere* hva individet finner aller mest signifikant, og om dette ikke lenger er mulig, å transformere signifikans. Når mennesker opplever traumatiske hendelser gjennom livet og søker signifikans i mestringsprosessen, er ofte kontroll et overlappende tema. I det stressende situasjoner blir alvorlig trussel mot ens evne til å kontrollere innholdet og retningen i ens liv, strever mennesker mot å gjenskape en følelse av beherskelse og selvdeterminasjon. I følge Cole & Pargament (1999) involverer dog mestringsprosessen mer enn bare kontroll, særlig med tanke på at det i enhver situasjon er begrensninger for hvor mye personlig kontroll som er mulig. Dermed vil ensidig streben etter kontroll kunne bli problematisk i mange situasjoner. En overfokusering på personlig kontroll er klinisk assosiert med en rekke negative konsekvenser, som negative affekter, stressrelaterte forstyrrelser som hodepine og høyt blodtrykk og avhengighetsatferd som overspising og tobakk- og alkoholmisbruk. Et alternativ til anstrengelse for å konservere mestringsfølelse tilbys av spirituelle livssyn og praksis. Forskning på dette konkluderer med at det er all grunn til å oppmuntre individer som søker hjelp til mestringsprosessen å trekke på en relasjon til en transcendent dimensjon heller enn å avfeie det som overtillit, passivitet og unnvikelse, som mange klinikere tenderer til å gjøre.

Noen forskere har nå begynt å anse og måle spirituell overgivelse som egen mestringsstil og evaluere dens effekter, hvor overgivelse viser seg positivt relatert til hva forskning identifiserer som adaptive mestringsstiler og negativt til mindre adaptive stiler. Det blir understreket at overgivelse ikke er en passiv venting på at Gud skal ta seg av alle problemer, men at det innebærer et aktivt valg om å overlate ens vilje til fordel for Guds vilje og at både individet og Gud sees som aktive i problemløsningsprosessen. Når individets

løsning skiller seg fra Guds, velger individet i overgivelsen å følge Guds vei, søke Guds vilje ved at man gir slipp på egoets krav (Wong-McDonald & Gorsuch, 2000).

Når det gjelder religiøs orientering, viser forskning at kontrollert for andre mestringsstiler, predikerer spirituell overgivelse økning i *intrinsikalsk* religiøsitet. Intrinsikalsk religiøsitet er dikotomt til *ekstrinsikalsk* religiøsitet, hvor religion henholdsvis representerer et mål i seg selv og en sentral motivasjon i individets liv versus et middel for å oppnå annen vinning, for eksempel selvkontroll, trøst og venner. En tredje religiøs orientering har også blitt identifisert, hvor religion er en *personlig søken* (quest) etter mening i ens personlige og sosiale verden, der religion sees som en dynamisk prosess av stadig søken, stille spørsmål ved sin tro og undring. Ekstrinsikalsk religiøsitet vises å være karakterisert av at individet opplever å være avhengig av ekstern autoritet for å møte sine behov. Dette skillet blir en klar parallell til kontrasten mellom spirituell overgivelse i AA og de motsatsene jeg kort har presentert. I overgivelsen gir individet slipp på personlig kontroll som signifikans ”for the sake of spiritual ends” (Cole & Pargament, 1999, s. 180). Altså er målet for overgivelsen ikke kontroll, men spirituell utvikling. Og her treffer jeg spikeren på hodet i min problemstilling: Hvordan skal man kunne forstå dette som psykolog når psykologien virker å ta det for gitt at det Guddommelige ikke eksisterer?

5. Teoretiske ideer

Det er spesielt to elementer i den spirituelle overgivelsen jeg har funnet at psykologien tradisjonelt sett har teoretisk vanskelig med å forstå. Det første er det rent spirituelle som manifesterer seg i individets personlighet og selvforståelse. James (1902/2003) kaller dette for *det spirituelle selvet*, men som ofte feilaktig forstås som et uttrykk for det sosiale selvet (Carver, 2003). For å bygge en bro mellom en slik reduksjonistisk forståelse og forståelsen av spirituell overgivelse vil jeg trekke frem sjels-begrepet, hvilket ikke er ukjent, men i stor grad glemt i psykologien. Sjelen kan forstås som et uttrykk for den del av vårt vesen som står i forbindelse med den spirituelle, Guddommelige virkelighet. Det andre elementet i overgivelsen som strider mot klassisk psykologisk teori, er forståelsen av spirituell overgivelse som en dramatisk, plutselig transformerende opplevelse av mystisk karakter. I dette kapittelet presenteres derfor teoretiske ideer alternativt til tradisjonelle gradvise utviklingsmodeller.

5.1. "Sjelen" og "det sjelfulle selvet"

Blant beskyldningene om psykologiens neglisjering av religionspsykologi, er påpekelse av at faget systematisk har unngått å adoptere, legitimere og såkalt vitenskapeliggjøre begreper som har sterke røtter i religiøs tradisjon (Pargament & Mahoney, 2002). Jeg tror Geels (1991) har mye rett i at religionspsykologien dermed ikke har det rette verktøy for å gripe eller det rette språket for å artikulere det spirituelle og den meningssfæren som er uttrykt gjennom årtusener lange religiøse og spirituelle kulturer og tradisjoner. Det er jo først og fremst gjennom språket vi fanger og forstår virkeligheten (Rommetveit, 2003; Riessmann, 1993). Det er ikke nødvendigvis nok å "låne" begreper fra andre psykologiske retninger. Jeg vil foreslå begreper som "sjel" og "ånd" som kandidater i en ny verktøykasse.

Begreper som disse var opplagte begreper i en tid da det Guddommelige var en selvsagt del av virkeligheten, men som den moderne psykologien under sekulariseringen og det dominerende medisinske menneskebildet har avvist som brukbare og valide konstrukturer. Men utenfor academia har disse begrepene fortsatt, og kanskje økende virkelighetskarakter, hvilket kan sees som rettleidende i psykologiens ansvar med å studere allmennmenneskelige fenomener og atferd (Borgen, 1994). Og i forbindelse med den religionspsykologiske renessansen i academia kan man nå observere at noen trekker sjels-begrepet tilbake som et konsept med eksplanatorisk verdi (Hood, 2002). Hood hevder at fordommer mot sjelen som et legitimt konsept i psykologien, ikke er annet enn tidligere fordommer mot sinnet (mind).

Når det gjelder sjel og ånd (spirit) virker det å herske en begrepsforvirring, og det kan være konstruktivt å tegne opp et skille mellom disse. Fontana (2003) foreslår å se *ånd* som en enhet som er ett med Guddommen, noe evig og uforanderlig, noe i likhet med Jungs arketypiske forståelse. *Sjelen* sees da adskilt og er en personlig og individuell størrelse som bærer preg av den enkeltes liv. I Fontanas definisjon av spiritualitet som det enkelte menneskets erkjennelse av sin åndelige natur, blir sjelen et viktig begrep, fordi det er gjennom sjelen, som distinkt fra det biologiske og psykologiske sanse- og erkjennelsesapparat, at ånden kommer til uttrykk i ens atferd og praktiske handling.

Sjelen peker på en slags indre kraft eller vesen, et begrep er blitt avvist som *for* vagt og mangetydig for forskeren, og derfor kassert av andre enn psykologiens mest esoteriske utkantstrøk, som jungiansk eller transcendental psykologi (Teigen, Skoe, Lindgren & Storjord, 1999). Jeg tror sjelen blir et brukbart begrep først når man åpner for et spirituelle eller theistisk perspektiv i psykologien, hvor det legges til grunn at mennesket er et spirituelle vesen og hvor sjelen er et eget analysenivå hinsides det biologiske, psykologiske eller det sosiale.

Man kan fort få et inntrykk av at religionspsykologi ofte inntar en slags unnskyldende

holdning i forhold til vanskeligheten med å komme frem med en konkret definisjon av begreper som "spiritualitet" og "sjelen". Slik står man i fare for å ende med en vidløftig vaghet som gir inntrykk av å jobbe med koffertbegreper man kan ilegge omtrent hva man skulle ønske. Bastiansen (2003) bemerker at det generelt er en enorm utfordring for psykologien med et naturvitenskapelige metodeideal å studere fenomener som de mystiske, som er preget av en subtil, kompleks og vag karakter. Det kan virke svært vanskelig å forstå, predikere og kontrollere hva som generelt er usynlig for en utenforstående, og som samtidig er mystisk og hellig for det opplevende individet (Rambo, 1993). Men er ikke vaghet, kompleksitet og subtilitet gjengangere i psykologiske fenomeners karakteristikk? Og ligger ikke psykologiens ekspertise delvis i at den nettopp våger å fastholde forståelsesbegjæret spesielt i slikt ulent terreng? Jeg ser ikke mer vanskelighet med å forholde meg til en definisjon av "personlighet", "selv", "identitet" eller "bevissthet" enn mer religiøst funderte begreper hvis avvisning jeg tror handler mest av alt om følelsesladd unnvikenhet basert delvis på fordommer og delvis på fremmedhet til den virkeligheten disse peker på.

En interessant studie som virker å legitimere gjeninnføring av sjelsbegrepet, er Teigen og kollegers (1999) studie av sjelsbegrepet blant psykologistudenter, som viser at både i Norge og USA stiller et stort flertall seg positive til begrepet i kontrast til at det knapt er nevnt i faglitteraturen. Studien foreslår at i tillegg til psykologistudenters vurdering av begrepet som viktig, inneholder begrepet "så mange fasetter at det kanskje slett ikke lar seg erstatte" (s. 36), og særlig fordi det ofte tilskrives attributter som psykologisk historiske ekvivalenter til begrepet, som "ego", "selv" og "personlighet" ikke tilfredsstillende klarer å fange. De fleste mener sjelen handler om det innerste og vesentlige i personligheten, det mest verdifulle, unike og varmeste i ens selv. Dette virker å peke på den delen av individet overgivelse har effekt på.

Teigen og kollegers (1999, s. 420) studie konkluderer med at "begrepets liv (...) ligger i dets intuitivt appellerende snarere enn dets logisk tilfredsstillende kvaliteter". Med tanke på at virkelighet, uansett hvor iherdig man etterstreber objektivitet, er subjektiv og relativ, og at særlig psykologien og dens metodiske ankerfeste i fysikken uomtvistelig er preget av det irrasjonelle og ulogiske, og ikke minst menneskets intuitive forståelsesapparat, ser jeg dette som et forsvar for utforsking av begrepet heller enn avvisning.

Hood (2002), en av religionspsykologiens sentrale aktører, har nylig gitt sitt bidrag i denne sammenhengen med at han retter oppmerksomhet på to fenomener karakteristisk for mystiske opplevelser, (1) *det sjelfulle selvet (the soulful self)*, som han argumenterer for at er et viktig aspekt av selvet, neglisjert av den moderne psykologien, og (2) *selv-tap (self-loss)* som også er blitt viet liten interesse. Prosessene i selv-tap mener Hood preger mystiske

opplevelser, og han retter oppmerksomhet på deler av selvets natur som disse prosessene avdekker, altså hva han kaller det sjelfulle selvet (Baumeister & Exline, 2002), hvilket for meg virker å vise til sjelen. I beskrivelsen av sistnevnte, viser Hood (2002) til studier av mystikk, hvor et transcendent jeg fremtrer ”whose unity is not that of the selfhood as empirically studied, but rather is a unity with Reality, God, or the Absolute” (s. 1), altså en opplevelse av selv-tap som ender i en opplevelse av enhet med en Guddommelig virkelighet.

Denne enheten mener Hood (2002) innebærer tapet av det refleksive selvet, en reposisjonering av hva Hood kaller ”the unity of selfhood”. Dette er et skifte fra enhet i det empiriske selvet til *unio mystica*, eller enhetsopplevelsen som karakteriserer mystiske opplevelser. Dette beskrives som en opplevelse av at det eneste som til slutt blir igjen er et rent, abstrakt, absolutt selv, altså blottet for attributter. Hood foreslår her at psykologien ser nærmere på muligheten for at det finnes visse aspekter ved selvet som kun avdekkes eller transformeres av mystiske erfaringer (Baumeister & Exline, 2002). Jeg ser dette absolutte selvet som det AA-medlemmene kommer i kontakt med og avdekker i sin åndelige oppvåkning. Slik jeg tolker Hood og Baumeister og Exlines kritikk vil individet etter den mystiske erfaringens selv-tap-tilstand utvikle et utvidet selv og perspektivtaking. Etter en mystisk opplevelse sitter individer ofte igjen med et vagt inntrykk av å ha vært fullstendig oppløst i et Verdensalt eller Guddom, en opplevelse som er fullstendig uutsigelig. Men denne får etterdønninger i individets selvforståelse og perspektivtaking. Dermed vil jeg se selv-tap som knyttet til ånds-begrepet og det sjelfullete selvet til sjelsbegrepet – to mulige komponenter i det spirituelle selvet som utvikles i overgivelsen.

5.1.1. Kosmisk perspektiv

Det sjelfulle kan knyttes til ideen om et kosmisk selv, som allerede utviklingspsykologen Erik Erikson var inne på. Forbundet med religionens positive former som han mente var essensielt for menneskelig modning, snakket Erikson om individets eksistensielle utvikling mot grunnleggende tillit og en følelse av kosmisk orden som en bevissthet om et universelt Vi og en idé om én menneskehet (Skoe, 2008; se også Moxley & Washington, 2001). Med andre ord kan den menneskelige psyke sees som å inneha en kosmisk dimensjon. Dette forstår jeg som om individet erverver et kosmisk perspektiv på livet, som i mystikken, hvor det ser seg selv ikke bare som et enestående individ og sosialt vesen, men som en del av et kosmisk hele.

I diskusjonen om menneskets sjelfulle selv og hva selv-tap innebærer, trekker Baumeister og Exline (2002) inn det kosmiske selvet. Forfatterne foreslår at *egooppløsning*

(*ego dissolution*) er et bedre uttrykk enn selv-tap, fordi 'tap' i denne sammenheng indikerer at noe viktig slutter å eksistere, mens 'oppløsning' på den andre siden innebærer en sammensmeltning med et større hele, her en mystisk sammensmeltning av selvet og en Absolutt enhet. Jeg vil foreslå at dette også kan sees som en *utvidelse* av selvet, altså et perspektiv som kommer i tillegg i individets selv- og verdensforståelse.

I følge Baumeister og Exline (2002) kan sammensmeltning sees i svært nære relasjoner, hvor visse signifikante andre kan inkorporeres i selvet. Man fortsetter dog å se forskjellen på seg selv og den andre, selv om man vil kunne finne det vanskelig å skjelne ens egne psykologiske trekk og responser fra den andres. På samme måte vil man kunne tenke at individet kan oppleve en sammensmeltning med Gud i selvet og derav en følelse av at Gud lever og handler inne i individet selv. Samtidig kan det bety at individet ser seg selv som del av et kosmisk, åndelig vesen hvor det å gjøre godt mot andre er å gjøre godt mot seg selv.

Det er her naturlig å nevne den nære sammenhengen mellom religion og moral som ofte knyttes i religionspsykologisk litteratur (Ferrari & Okamoto, 2003; Geyer og Baumeister, 2005; Skoe, 2008). Pioneren i forskning på moralutvikling, Lawrence Kohlberg, spekulerte i et eget, høyere stadium i moralutvikling provosert frem av religiøse, mystiske opplevelser. På dette stadiet opplever individet å være en del av livet som helhet og utvikler et kosmisk perspektiv. Dette er ikke det samme som moralsk tenkning ut ifra et universelt, humanistisk perspektiv (Kohlberg & Ryncarz, 1990). Men mennesket ser seg selv og livet fra et abstraksjonsnivå hvor en ikke ser seg selv som en uavhengig brikke i et spill eller som en uunngåelig del av et samfunn, men som en del av en kosmisk, evig helhet (Jørgensen, 2006).

5.2. Tilstand versus trekk

Baumeister og Exline (2002) peker på at det er en avgjørende forskjell i om mystiske opplevelser sees som temporære forandringer i selvforståelse, eller om det innebærer permanente og fundamentale endringer i selvets struktur. Dette kan knyttes direkte til spirituell overgivelse. I gjennomgangen av forskning på fenomenet kom jeg inn på overgivelsens ulike dimensjoner, at overgivelsen, i likhet med omvendelsen, kan sees som både en enkeltstående mystisk opplevelse og som en prosess over tid med gradvis endring av ens orienterings- eller meningssystem og i en modnings- og utviklingsprosess mot integritet, dybde og inderlighet fra overflatisk bevisst til dyptloddende, underbevisst overgivelse. Det er avgjørende at det ikke kun er snakk om rent intellektuell erkjennelse, men også hva James kaller religiøse følelser. Men opplevelse av den tilspissede, mystiske formen for overgivelse

har dog psykologien problemer med å forstå. For helt frem til nylig har den sett forandring og utvikling innenfor et prosessuelt paradigme og hva Hood & Belzen (2002) kaller "the gradual seeker model" (s. 72). For i stadie- eller kontinuummodeller ignoreres muligheten for dramatisk, plutselig endring som preger spirituell overgivelse (Mahoney & Pargament, 2004).

Det er Tiebouts (1949) inndeling av overgivelsens dimensjoner som for meg har skilt seg ut som den mest meningsfulle og klarsynte forståelsen av fenomenet, fordi den favner det komplekse og dynamiske ved det. På en side snakker han om en slags ny emosjonell tone som gjennomsyrrer alle tanker og følelser hos individet som resultat av overgivelsen, hva han kaller en overgivelsestilstand (*state of surrender*). Dette knytter jeg til hva Baumeister og Exline mener når de snakker om egooppløsning og det kosmiske perspektiv. Utviklingen av dette katalyseres i den plutselige opplevelsen av overgivelse som Tiebout kaller overgivelseshandling (*act of surrender*) hvilket jeg ser som en mystisk opplevelse per se. Jeg støtter Hood i det han knytter den mystiske opplevelsen til tap av selv, fordi jeg i motsetning til Baumeister og Exline mener at det er nettopp det som skjer i denne kortvarige opplevelsen, at selvet strippes for alle sine attributter, en momentan tilstand hvor individet ikke lenger har tid- eller stedfølelse og hvor de ulike nivåer av selvet, som kroppslig-, spasiell- og tidsselv opphører for et øyeblikk og man er kun sin innerste kjerne, sjelen, som er ett med Ånden.

Tilfriskning og bedret livskvalitet som følger overgivelsen virker å være et resultat av en opprettholdt overgivelsestilstand. Videre mener Tiebout (1949) at handling og tilstand ikke må sees atskilt, men som ett fenomen bestående av tre dimensjoner. Disse er den mystiske hendelsen, den påfølgende, positive tilstanden og en vedvarende forandring i individets personlighet som kalles en overgivelsesreaksjon (*surrender reaction*). Jeg vil dog si at det er vanskelig å snakke om et absolutt skille mellom den mystiske opplevelsen og en opprettholdt tilstand, fordi som James (1902/2003) skriver, er menneskelig atferd aldri absolutt, men alltid uttrykt i mengde og grader relativt til ekstremer, hvor grensene er tåkete. Og kanskje er måten mennesker opplever overgivelse på relativt til andre trekk og modningsnivåer.

Jeg vil holde fast ved fokus på at tilfriskning gjennom AA virker å bryte med klassiske utviklingsmodeller. Sistnevnte beskriver normale endringsmønstre i avhengighetsbehandling hvor planlegging og intensjon er avgjørende. For eksempel den transteoretiske endringsmodellen beskriver gradvise, sykliske prosesser hvor individet beveger seg gjennom stadiene prekontemplasjon, kontemplasjon, preparasjon, handling og opprettholdelse. De aller fleste opplever tilbakefall og opprettholder ikke forandring etter første forsøk. Tilbakefall er en normal del av endringsprosessen i en syklus av stadier før stabil endring oppnås. Men de plutselige og umiddelbare forandringene som gjerne beskrives av AA-medlemmer utgjør en

annen type endringsprosess hvor endring tenderer til å komme plutselig og være stabil. Denne prosessen kan sees i sammenheng med et begrep av nyere dato, kvanteendring (Forcehimes, 2004, se også Taylor, 2006). Jeg tror min undring og fascinasjon for dette er den samme som Geels (1991) sier han står igjen med i sin gjennomgang av et tiårs samling av intensive religiøse opplevelser i vår tid, hvilket han kaller for *livsavgjørende opplevelser* som frigjør krefter som på noen få sekunder eller minutter forvandler et menneske.

5.2.1. Kvanteendring og learning III

Kvanteendringsopplevelser kan defineres som permanente transformasjoner, en enveis forandring uten mulighet for regresjon. Disse endringene karakteriseres ved at de av natur er fullstendig uventede og har en vedvarende kvalitet. Det skilles mellom to typer av kvanteendring: En *innsiktsorientert* og en *mystisk* type. Den innsiktsfulle tenderer til å følge av et individs utvikling som en serie av ”a-ha”-opplevelser som bygges opp mot et høydepunkt, heller enn å være en tilsynelatende uavhengig, plutselig forstyrrelse eller inntrengning i utviklingen, som den mystiske. Altså er det snakk om kontinuitet samtidig som man utvikler en ny erkjennelse som endrer individets virkelighetsforståelse dyptloddende. Den mystiske typen er mer dramatisk og kommer over individet som en momentan erkjennelse av at noe betydelig har skjedd og at livet aldri vil være det samme igjen. Felles for begge er en opplevelse av at *alt* har forandret seg. Disse endringene har altså en vedvarende og tilsynelatende stabil kvalitet og innebærer endring i dimensjoner som verdier, livsmål, temperament og perseptuell stil (Forcehimes, 2004; Mahoney & Pargament, 2004). I denne modellen hevdes det at hastigheten på transformasjonen er uvesentlig og lite viktig i forhold til hvilke endringer som knyttes til prosessen, i likhet med hva jeg har bemerket i forhold til omvendelse og overgivelse. Denne modellen virker dermed, i tråd med teori om overgivelse, og favner både den gradvise typen og den plutselige typen.

En sentral forsker som befatter seg med kvanteendringer, Miller, mener at de spontane endringene som følger av overgivelse i AA ikke likner på kontinuerlig læringskurver ut ifra tradisjonell kognitiv atferdsteori fordi disse (a) er plutselig, (b) dekker et bredt spekter av atferder og (c) tenderer til å vedvare. Slik endring kalles for brede, diskontinuerlige kvantesprang i atferd. Jones (1994) diskuterer blant annet Millers forklaring av slike plutselige kvantesprang som relatert til et skifte i individets kjerneverdier. Den mest sentrale og influerende kjerneverdi er selvkonseptet. Knyttet til atferdsendring, er det endring i en persons sentrale identitet eller *selvopplevelse (sense of self)* som vil utgjøre det mest potente

verdiskiftet. Dette kan interessant nok sees i forbindelse med diskusjonen av sjel og ånd.

I Biens (2004) definisjon av kvanteendring fanges overgivelsesopplevelsens tendens til å oppleves som påført utenfra og være hinsides individets kontroll, vilje og bevisste intensjon, ved at kvanteendring "cannot be engineered" (s. 493). Kvanteendring er en høyst uventet opplevelse som radikalt forandrer en persons forståelse av hvordan man i livet og hverdagen oppnår overordnede verdier som fred, sinnsro, glede, en livsstil som står i kontrast til uinspirert tilværelse og destruktive rutiner. Det unike med kvanteendring er et plutselig gjennombrudd i bevissthet og oppmerksomhet som virker å oppstå uten anstrengelse fra individet - i sterk kontrast til en nøye kontrollert og smertefull prosess som ofte er nødvendig for å skape dyptloddende livsendring. Dette betyr dog ikke, som i overgivelse, at individet forholder seg passivt til endringen. For som følge av kvanteendringsopplevelsen rapporterer de fleste om aktiv deltakelse og intensjon i omorganiseringen av hverdagen. Dette står i sterk motsetning til ideer om for eksempel at omvendelse preges av hjernevasking og manipulasjon. Forskning viser at individer som regel er bevisste sine retningsvalg i omvendelsesprosesser og at de opplever å aktivt velge den nye retningen i livet som kvanteendringsopplevelsen åpner for. De opplever å ha et valg når det gjelder å akseptere eller avvise opplevelsens konsekvenser for livet deres (Mahoney & Pargament, 2004, se også Rambo, 2003; Gordon, 1984). Men merk: intensjon kommer etter kvanteendringsopplevelsen.

Kvanteendring involverer også, i likhet med spirituell overgivelse og omvendelse, et overraskende møte mellom selvet og en usynlig, ytre kraft som ikke medieres av andre mennesker, hvilket overlapper med AA-medlemmers ofte beskrevne intime møte med en Guddommelig kraft. Det som er interessant å merke seg, er at i følge forskning på kvanteendring er bønn den vanligste handlingen som gjøres forut for en kvanteendringsopplevelse, hvilket utgjør hele en tredjedel av tilfellene (Mahoney & Pargament, 2004). Det gir støtte til AAs (2006) modell hvor bønn til Gud, spesielt *sinnsrobønnen*, er det viktigste verktøyet for å dyrke overgivelsen, relasjonen til Gud og det å modnes spirituelt og bekjempe avhengigheten.

Det er dog forskjeller mellom kvanteendring og den spirituelle overgivelsen, fordi kvanteendring ikke nødvendigvis involverer attribusjon til det Guddommelige og forståelse av endringsprosessen å være knyttet til det hellige. En forskjell er og at i kvanteendring virker interpersonlige prosesser og spirituell støtte mindre sentralt (Mahoney & Pargament, 2004). Men i AA-modellen beskrives nettopp dette som avgjørende for tilfriskning, det vil si at man følger opp overgivelsesopplevelsen i et trygt og tillitsfullt sosialt nettverk. I den forbindelse sier Mahoney & Pargament (2004) at det er et vanlig trekk i religiøse tradisjoner hvor

spirituell støtte i sosiale fellesskap og felles spirituell praksis som ritualer, diskusjoner, intime dialoger og teologisk undervisning likestilles med individuell spiritualitet. Jeg tror ikke dette viser til en substansiell forskjell fra kvanteendring, men at det sosiale fasiliteter endring, fordi individet, i møtet med helt nye virkelighets-kvaliteter mangler symboler, språk og standarder for å transcendere sin nye bevissthet og opplevelser. De har behov for hva Mahoney og Pargament (2004) kaller ”broader cultural factors [as] access to symbols, myths, and rituals that facilitate spiritual conversion” (s. 490). Men selve kvanteendringen og overgivelse som mystisk opplevelse forutsetter ikke dette.

For å forklare den dyptloddende erfaringsmessige endring på både bevisst og ubevisst nivå som utgjør overgivelsesreaksjonen, introduserer Berenson (1987) begrepet *learning III*. Begrepet innebærer en dyp reorganisering av karakter, en endring som går hinsides hva som kalles terapeutisk endring eller andreordens endring. Reorganiseringen handler om en radikal transformasjon av ens syn på hva som er virkelig, og ikke en *reframing* av virkeligheten som i andreordens endring. Man erkjenner at det finnes en virkelighet hinsides alle rammer. Det utvikles altså noe nytt i individets meningssystem. Transformasjonen som følger tenderer til, som i kvanteendring, å ha en vedvarende virkning. Berenson hevder at hvis denne effekten på personligheten hadde blitt vasket vekk etter hvert, ville det derimot vært snakk om en *peak experience*, og ikke spirituell overgivelse. Det er også interessant at Berenson trekker opp et skille mellom en overgivelsestransformasjon i AA og en omvendelse, hvor sistnevnte til forskjell kan føre til en omfavnelse av eksisterende dogmer for å forklare hva som har skjedd med enselv heller enn å forbli åpen for en fortsatt utvikling av ens opplevelse. Som nevnt innebærer overgivelse til forskjell en vedvarende kreative livsholdning og åpenhet.

Learning III krever spesifikt at man går hinsides den konvensjonelle verden av form og innhold og får tilgang på en verden av kontekst og prosess, skriver Berenson (1987). Dette peker på det uutsigelige ved mystikken. Jeg har allerede diskutert denne kvalitativt unike rasjonalen som inngår i spiritualiteten, som jeg finner formidles med eleganse i det ofte siterte metaforiske uttrykket av Pascal ”The heart has its reasons of which the reason knows nothing” (sitert i Bateson, 1971, s. 8). Denne virkeligheten individet erkjenner i mystikken kan altså ikke fanges av intellektuelle tanker, men kun ”be entered into or called forth or surrendered to” (s. 29). Et innstendig forsøk på intellektuell forståelse av denne virkeligheten vil i følge Berenson (1987) kunne føre til en foreclosed spirituell overgivelse, som en intellektuell barriere mot fullstendig overgivelse.

6. Presentasjon av AA- historier som illustrasjon av fenomenet

På en måte kan psykologisk teori på lang vei forklare og forstå visse deler av spirituell overgivelse og transformasjon fordi dette overlapper med andre typer psykologiske endringsmekanismer og prosesser. Men forståelsen av den rent spirituelle komponenten som uerstattelig og signifikant forskjellig fra det psykologiske og sosiale er vanskelig og ender som regel i radikal reduksjonisme, som for eksempel når objektreasjonsteori ser relasjonen til det hellige som et substitutt og forlengelse av foreldrerelasjon (Krøvel-Velle, Aasen, & Nielsen, 2003; Murken, 2005). Men på tross av en her underliggende usikkerhet om spirituelle erfaringer er tilgjengelig for vitenskapelig metode, hevdes det i James' ånd at selv mystikk og det transcendentale, på tross av at det er strippet for innhold og uten attributter, *kan* studeres empirisk. Det spirituelle blir tilgjengelig når (1) empirien er radikal nok og (2) når man benytter rett metode. Hood (2002) foreslår at siden det transcendentale selvet, likt det refleksive, kommer frem i introspeksjon, er evidens kun tilgjengelig gjennom for eksempel introspektiv observasjon eller fenomenologi.

I dette kapittelet ønsket jeg å illustrere noe av det karakteristiske ved den spirituell overgivelsen. Med andre ord vil jeg her komme med eksempler på fenomenet der det forekommer i sin naturlige kontekst og steder hvor det fremtrer i en spisset eller særlig fremtredende form. Dette er ikke ment som noen empirisk analyse av fenomenet, men presentasjon av utvalgte sitater fra vitnesbyrd om spirituell overgivelse jeg mener kan illustrere kvaliteter jeg har beskrevet hittil og dermed kanskje kunne transcendere visse av begrensningene som ligger i mainstream-psykologien mot meningsfull forståelse av særlig den spirituelle komponenten i spirituell overgivelse.

Dette har jeg gjort ved å hente ut vignetter fra personlige beretninger av AA-medlemmer som av AA-organisasjonen hevdes å ha gjennomgått en fullstendig spirituell overgivelse og transformasjon. Disse har jeg fått tilgang til og tillatelse til å gjengi i et offisielt publisert hefte utgitt av AAs servicekontor i AA Norge. Hefte har tittelen "Kom til å tro... AAs åndelige vågestykke slik enkeltmedlemmer har opplevd det", en norsk oversettelse fra en amerikansk publikasjon fra 1973 godkjent av AAs General Service-konferanse.

I utforskningen av problemstillingen har AAs eksperimentelle tro, spirituelle overgivelse og etter min mening dogme-nøytrale og fleksible holdning til det Guddommelige, i tråd med Mahoney og Pargaments (2004) definisjon av spiritualitet, utpekt seg som særdeles berikende illustrasjon. Som psykologisk klargjørende eksempler mener jeg AA-konteksten vil egne seg spesielt godt fordi 12-stepsprogrammet og dets prinsipper som sagt i stor grad er

psykologisk informert. Som narrativ illustrasjon av den rent spirituelle komponenten er vignettene interessante fordi individene i beretningene attribuerer tilfriskning hovedsakelig til oppdagelsen og modningen av det spirituelle. Jeg vil dog understreke at sitatene ikke er ment som representative for det generelle AA-medlems overgivelsesopplevelse.

AA-beretningene er blitt samlet inn med det formål å publiseres som veiledende vitnesbyrd og forståelse av åndelig oppvåkning til nykommende AA-medlemmer og interessenter, spesielt for mennesker som har vanskeligheter med å forstå nettopp konsepter som spiritualitet, åndelighet, overgivelse og Gud. Beretningene er klart av en følelsesladet og personlig karakter, men det er etisk uproblematisk å gjengi sitater fra disse og kommentere dem da disse til de grader er anonymisert, både fordi de er av eldre og svært spredt geografisk opprinnelse og er produsert innen en organisasjon hvor anonymitet er et kardinalprinsipp.

Om opprinnelse av beretningene vil jeg nevne at innsamling har foregått over 5 år og er skrevet i tidsrommet 1956 frem til førsteutgaven publisert i 1973 med geografisk opphav fra 12 land fordelt på alle verdensdeler. De 75 tekstene er ment for å presentere ”det rike mangfold av oppfatninger av det som ligger i ”Gud – slik vi oppfatter Ham” (AA, 1973/2006, s. 6). Det meste av beretningene i samlingen er skrevet spesielt i anledning utgivelsen, hvor enkeltpersoner i AA har satt ”sine åndelige reiser på trykk” (s. 6). AA har etterstrebet å gjøre et representativt utvalg av tekster for å fremvise spekteret av åndelige erfaringer og orienteringer i sitt bredeste spekter som florerer, i følge AA, ubegrenset i organisasjonen. Herunder følger fem underkapitler som hvert presenterer illustrerende eksempler på fem temaer jeg har identifisert i den fremlagte forskningslitteraturen. Disse foreslås å kaste lys og perspektiv i forståelse av teori og forskning på fenomenet med fokus på det spirituelle.

6.1. Eksperimentell tro – det åndelige vågestykket

Først og fremst vil jeg trekke frem hva jeg har nevnt som et eksperimentelt skifte i AA, som også kan kalles en eksperimentell *tro* i betydningen henvendelse i tillit til en kraft større enn en selv. I AA oppfordres individet til å gjøre dette som et eksperiment, og ikke som en dogmatisk troserklæring. Dette ligger i selve tittelen på temaheftet vignettene hentes fra: ”AAs åndelige vågestykke”. Ut ifra dette kan spirituell overgivelse forstås som en slags vei til en Gudsrelasjon og åndelig oppvåkning *alternativt* til den tradisjonelle religiøse veien via trosbekjennelse. Den intrinsikalske tro og inderlige overgivelsen avhenger av at individet bryter med en intellektuell forståelse av Gud, som umuliggjør overgivelse, fordi intellektets rasjonelle og logiske natur ikke kan fatte det åndelige, som en beskriver som ”den Høyere

makts underlige veier". En annen skriver at *"Det Tredje Trinn kan være vanskelig, spesielt hvis man ikke er særlig religiøs eller har problemer med begrepet Gud"* men at det hjelper *"å skyve fra seg det religiøse spørsmålet og begynne oppleve de åndelige godene i AA"*, og videre *"For mange av oss ender forståelsen av Gud på det frustrerende punkt at vi ikke forstår Ham. Det var en stor lettelse for meg å høre at jeg simpelthen ikke behøvde å forstå"*. Om overgivelsen skriver personen: *"Å forsøke å forstå Gud før vi lar tredje Trinn begynne å virke, er etter min mening en umulig oppgave. Og upraktisk"*. Men igjen at *"det hjelper å slutte med å forsøke å klare det"*. Her ser vi fokus på spiritualiteten som pragmatisk, hvor tro er sekundært til opplevelsen av det spirituelle. Et annet medlem beskriver dette slik: *"jeg begynte med blind tro, men sannhetsbeviset er at troen virker"*.

Berenson (1987) kaller dette for "provisional belief", en villighet til å tro som tilstrekkelig for å åpne døren til et radikalt skifte i opplevelse; "to make use of spiritual principles one need accept nothing on faith but only ask: 'Do I now believe, or am I even willing to believe, that there is a power greater than myself'" (s. 28). Den eksperimentelle troen søkes gjennom bønn, en handling med særlig potensial til å sette en i kontakt med det spirituelle. Det er ikke bønnens form som er så viktig, men ydmykheten i en slik handling. En beretning oppfordrer: *"Be med vantro, men be oppriktig, og troen vil komme"*.

Ydmykhet, villighet og aksept virker å være holdninger som både åpner en for spiritualiteten og vokser i ens spirituelle utvikling; holdninger som går på akkord med en destruktiv, overdreven selvtilstrekkelighet. Følgende sitater fra en beretning illustrerer dette: *"Mitt personlige svar ligger i ordet godta"*. *"Ingen av oss vil noen sinne kunne fatte universets storhet og ukjente regioner."* En annen forteller likeledes: *"Ingen av oss behøver å forstå Gud eller bekymre oss over ting som ligger utenfor vår kontroll. Vi slutter ganske enkelt å blande oss opp i Guds saker"*.

I AA brukes gjerne allegorier for å forklare logikken i den intellektuelt og logisk utilgjengelige spiritualiteten og dets forståelsesplan. Et slik type allegori er bruk av et bilde fra elektrisiteten *"Et menneske som går inn i et rom, bryr seg ikke om å forstå elektrisiteten"(...) han bare finner bryteren og skrur på lyset"*. Personen som skriver dette viser også til bønn og at det er tilstrekkelig med selv en mekanisk, jevnlig bønn: *"Vi kan skru på den åndelige bryteren ved ganske enkelt å be"*.

6.2. Gud – slik jeg oppfatter Ham

At spirituell overgivelse knyttes til egointegritet og intrinsisk orientering og motivasjon, kan illustres med AAs Gudskonsept. I sterk kontrast til tradisjonelle dogmatiske og doktrinale konsepter, henvises AA-medlemmer til å søke ”*Gud - slik jeg oppfatter Ham*”. Dette innebærer at man skal unngå at fordommer en har om det åndelige står som hindre for at en oppriktig kan spørre seg selv hva det betyr for en: ”*Dette merkelige som er åndelig, kan ikke gis muntlig til et menneske (...) hvert menneske [må] erverve det på sin måte, på egenhånd, stemplet med hans eget segl, i hans egen individuelle rett*”.

Omvendelse og overgivelse handler ikke nødvendigvis om et aller første møte med det religiøse. Mennesker som over lang tid har orientert seg i ulike religiøse miljøer og institusjoner kan også oppleve en åndelig oppvåkning eller overgivelse og dermed en omvendelse. Dette kan sees som en omvendelse fra en religion til en annen, eller også som en oppvåkning fra et mer intellektuelt eller dogmatisk forhold til det åndelige som erstattes av en ”*åpning til den åndelige verden*”, med andre ord det spirituelle perspektivet som opplevels-, menings- og forståelsesplan (Pargament, 2007; Rambo, 1993). Opplevelsen av det religiøse som fremmed, hemmende og meningsløst kan illustreres med motstanden mot det åndelige i AA i følgende sitatet: ”*AA passet meg, men ikke den åndelige siden av programmet. Jeg hadde allerede hatt nok av påtvungen religiøs opplæring*”. Men i AAs Gudskonsept opplever mange en frigjørelse i at overgivelsen ikke er mediert gjennom et konkret trossamfunn eller sektariansk autoritet som krever at de uttrykker tro på dogmer og apriori Gudsattributter. Tro styres ikke av normer og regler og vurderes ikke konstant opp mot en trosstandard av dogmatisk karakter. Tro og dermed overgivelse menes å vokse ut av et indre behov for å tro: ”*Jeg hadde ikke virkelig kontakt. Jeg hadde funnet venner i AA (...) men etter en stund var ikke det nok (...) det var noe som manglet i mitt liv*”.

Jeg har beskrevet spirituell overgivelse som fundamentalt forskjellig fra sosial støtte og det å gi opp, samtidig som noe forskning i kontrast ser dette som betingelser for overgivelse. Jeg vil her trekke frem et sitat som på en måte kan tolkes å illustrere overgivelse som en tillitserklæring og psykisk overgivelse til andre enkeltmedlemmer som har gitt det nye medlemmet spesiell sosial støtte og omsorg. Men med nærmere blick kan man se at det ikke er overgivelse som preger relasjonene til disse enkeltpersonene eller gruppen, men relasjonen utgjør et miljø av tillit og omsorg som *fasiliterer* overgivelsen. Overgivelsen i seg selv peker på noe annet, et abstrakt ideal eller prinsipp, omtrent som paralleller til religiøse tradisjoners moralske dygder eller Guds bud, altså noe evig og uforanderlig som ligger i selve verdens og livets ordnethet, som prinsipper utledet fra et kosmisk perspektiv: ”*Guds reddende nåde*”

kommer ikke som lyn fra klar himmel. Den kommer gjennom, i og fra andre sjeler som lider, eller som er blitt reddet som du og jeg” og videre ”Guddommelig kraft er det i AAs puls, og den forandrer seg ikke, uansett hvor feilende og typelige vi dødelige er”.

Noen kan også finne det spirituelle i et møte med naturen og ikke nødvendigvis en metaforisk, abstrakt Guds-kraft. Andre finner dette i en kirke og andre i dyp åndelig samtale med medmennesker. Noen finner det også i selve livet. Hvert enkelt menneskes rett og fordel i å søke egen forståelse av Gud sees som å formidle kontakt med en livgivende og helbredende kraft, hvor *”kilden var en kjærlig Gud”* som finnes i *”Guds levende nærvær i meg selv og i universet”*, og ikke *”forestilling om en fryktelig, hevngjerrig Gud [som jeg] følte som en trussel”*. Videre er det en som skriver *”Til å begynne med trodde jeg at jeg begikk en synd ved å forsøke å forandre Gud, men jeg forsto snart at Gud var uforanderlig og at de eneste forandringene som kunne skje, måtte skje i mitt syke sinn.”*. Gud er en del av virkeligheten, og om Gud frastøter en, er det noe galt med ens oppfattelse av Gud. Dette er forøvrig kjent i forskning på Gudskonsepter, at også personlig religion like mye er disponibel til saintliness som til destruktivitet når den kombineres med små og straffende Gudsbegreper som oppfordrer til lidelse og ukritisk tilbedelse (Wulff, 1997; Pargament, 1997, 2007).

12-stepsprogrammet er konstruert slik at overgivelsen skal foregå uavhengig av karismatiske lederfigurer. Cain (1983) mener disse kan virke forstyrrende for individets spirituelle overgivelse og provosere psykisk overgivelse. I AA innebærer overgivelse søken etter Gud som eksisterende både i en selv, som når et medlem skriver *”Gud hadde hele tiden vært der, inne i meg”*, eller *”den åndelige reserven til en Høyere Makt”* og samtidig i virkeligheten utenfor. Dette formidles i sitatet *”En indre kraft som forener seg med ytre krefter”*. Men uansett om det åndelige sees som noe som *”hos oss alle kommer fra vårt eget indre”* som en skriver, er det dog ikke snakk om en forståelse av Gud som en psykologisk funksjon av selvet, fordi det er snakk om noe som er større enn selvet og sosial støtte. Dette spirituelle ligger i virkeligheten og i vår natur og kan bringe oss i *”Harmoni med verden”*.

6.3. Ny virkelighet

I AA er det som sagt en tendens til å attribuere transformasjon og tilfriskning til oppdagelsen av det spirituelle. Men dette innebærer ikke bare at destruktive vaner, holdninger og verdier forandres til positive personlighetsmanifestasjoner og atferd. I AA virker forandringene å tolkes som endring i syn på og opplevelse av virkeligheten, dens grenser, innhold og mening. Med andre ord er det snakk om utviklingen av et nytt verdens- og virkelighetsbilde, som

James (1902/2003) beskriver som å komme i forbindelse med en tilværelsesdimensjon hinsides og forskjellig fra det sanselige og den logisk forståelige verden, hvilket kommer frem i følgende sitatet: *"så åpnet det seg en ny verden"*. Her oppdager individet *"ny styrke, nye sannheter, nye måter å akseptere mennesker på"*. Enten det foregår gradvis eller plutselig, oppleves det som å våkne opp til noe nytt, *"den nye helhet, den nye klarhet som oppstår"*. En annen utdyper dette: *"Du følger et annet spor. En annen klokke. En annen musikk. Virkelig eksistensiell spenning"*.

I etterkant av overgivelsen insisterer det omvendte individet på at det nye er noe kvalitativ egenartet: *"Det må ha vært noe åndelig. Det var hverken intellektuelt eller fysisk"*. Heller enn å forsøke forstå prøver individet bare å akseptere dette som en del av verden og virkeligheten. Det nye synet på verden handler om å finne en ny mening i ting. En sier: *"Jeg kunne huske ting som var sagt på AA-møter (...) og for første gang var de meningsfylt"*, i liket med sitatet: *"det var som ord og setninger jeg hadde hørt hele livet fikk en dypere mening og traff mine følelser snarere enn mitt intellekt"*. En annen skriver: *"Hav og sol og trær og all den fantastiske skjønnhet Gud har skapt, er endelig blitt helt virkelig for meg"*.

AA-medlemmer virker i stor grad å være mennesker som har mistet troen på den virkeligheten de lever i og ser den som meningsløs. Men i den åndelige oppvåkningen synes de å oppdage et lag av virkeligheten som brer seg over alt og gir hele virkeligheten en mening individene kan leve godt med, ha tillit til og oppleve å forstå, som når en skriver: *"Nye verdener åpnet seg. Jeg begynte å forstå verden omkring meg"*. Denne nye virkeligheten handler ikke bare om at man tolker Gud inn i den eller at man oppdager en utenforstående Guddommelig sfære, men at det inkorporeres en ny meningssfære i livets banaliteter og hverdagslighet av spirituell karakter, som forøvrig virker å falle innunder hva James identifiserte som de universelle religiøse følelser og det kosmiske perspektiv. Dette kommer spesielt frem i følgende sitat:

"Min sønns enkle, kjærlighetsfulle brev nådde ikke meg på denne prøvelsens dag ved en tilfeldighet. Gud var postbudet. Han sørget for at jeg fikk denne inspirasjonen som så ble min oppfatning av Hans åpenbaring. Og Han bringer hver dag (hvis vi ser etter) et nytt budskap om kjærlighet, nåde, håp og mulighet, budskapet som tusener, lik Pat, ikke kan eller vil se".

6.4. Nye verdier

Sitatet over kan også tolkes som å handle om at det overgitte individet ser nye verdier i livet, i hverdagen og i relasjoner, og at verdier som tidligere var i bakgrunnen eller fraværende flyttes til forgrunnen som en ny referanseramme for hva som er verdifullt i livet - altså transformasjon av signifikans. Denne ideen er spesielt uttrykt av Jung, som mente at tilfriskning fra alkoholavhengighet gjennom ”dyptgripende åndelig opplevelser” (AA, 2006, s. 21) fremstår som helt enestående tilfeller fordi de gjennomgår sterke følelsesmessige forandringer hvorpå ”tanker, følelser og holdninger som før var ledetråder i disse mennskenes liv, blir plutselig lagt til side, og et fullstendig nytt sett av oppfatninger og motiver begynner å prege dem” (s. 21-22). Tidligere verdier som selvkontroll, makt, penger og karriere og så videre mister sin styrke, som hos en som gikk fra å tenke ”*hvis jeg ga opp, ville jeg ikke bety noen ting*” til å erkjenne: ”*Nå begynner jeg å forstå at å la gå ikke betyr å gi opp. Det betyr å åpne seg for nye perspektiver*”. Åpenhet og igjen ydmykhet fremfor standhaftighet blir en dygd og kriterium for hvorvidt man lykkes i livet, og individet snur seg vekk fra ”an excessively prideful self as the core source of significance and instead placing God as the center of one’s life” (Mahoney & Pargament, 2004, ss. 481-482).

Noe som i AA virker å prege spirituell overgivelse, er styrket fokus på verdien av å ha omsorg for andre mennesker, hvor åpenhet for andres perspektiver spiller en viktig rolle. Frankl (1984) identifiserte interessant nok dette som en av tre hovedkilder til å oppleve mening i livet. Dette uttrykkes i det en sier: ”*noe nytt var kommet inn i mitt liv. Jeg begynte å få omsorg for andre (...) omtanke (...) [følelser som tidligere] hadde vært uttrykk for min egen selvinteresse*”. Videre utdypes dette: ”*Denne medfølelsen, som senere ble fulgt av kjærlighet, åpnet døren til enhver festning inne i meg, dører som alltid hadde vært stengt.*”. Kvinnen som forteller om sin nye edruelighet, forteller at hun etter sin åndelige oppvåkning ”*følte en merkelig tilfredshet ved å være i stand til å hjelpe*”. Hennes tolkning av åndelighet er følgende: ”*Det betyr at jeg må ha omsorg for mine medmennesker*”. Denne omsorgen fikk hun kraft og frihet til å føle og utøve først når hun forsto at ”*Jeg var ikke universets sentrum*”, men ”*en del av et gigantisk, vidunderlig mysterium*”. ”*Vi kan godta mysteriene, vår del i dem og liv og død som noe åndelig, som ligger utenfor vår fatteevne*” skriver hun videre.

I denne nye omsorgen ligger en visshet om at man er fri til å hjelpe og være god mot andre. Det handler ikke bare om at de ser seg selv som umistelige deler i et verdenshele hvor de føler trygghet og verdi i å bli elsket av Gud og medmennesker som hjelper og har omsorg for dem. Denne friheten tolker jeg som om at et tidligere økonomisk syn på omsorg svekkes, et syn på omsorg som en vanskelig eller slitsom handling som ville bruke opp tid og krefter

hos individet. Men som en skriver ”*Vi blir ikke helbredet ved kjærlighet alene, men ved at vi svarer med kjærlighet*”. En annen skriver at ”*Tro uten gjerning er død tro*”. Det betyr at man gir av seg selv uten å forvente noe tilbake, uten å være avhengig av bekreftelser fra de man har omsorg for, fordi det å gi er en tilfredsstillende handling i seg selv. Dette tolker jeg som hva kalles betingelsesløs kjærlighet, eller kanskje altruisme (Moxley & Washington, 2001). Denne nye verdien i å hjelpe fanges etter min mening i dette sitatet: ”*Aldri før AA hadde jeg virkelig gjort noe for andre*”. Personen hadde selvfølgelig gjort det, men aldri med inderlig, betingelsesløs omsorg som motivasjon, fordi det alltid lå et selvisk, halvveis givergledemotiv bak, som den halvhjertede viljen til å gi slipp i compliance.

6.5. Nytt menneske, nytt liv

Denne nye omsorgsorienteringen virker å bli mediert av en kontakt med det Guddommelige. Det fungerer som en trestegs bevegelse: (1) individet retter seg mot og oppdager det Guddommelige, som (2) åpner dem for verdien av omsorg, en betingelsesløs omsorg for andre som (3) vokser ut av en frihet åndeligheten gir dem til å se nye verdier i seg selv. Dette mener jeg illustreres i følgende sitat: ”*Og ettersom denne makt begynte å få frem nye jeg inne i meg, fikk jeg større forståelse for mine medmennesker*”. I tillegg til at virkelighetsforståelse og verdier i livet endres, endres også selvforståelse. Individene oppdager i overgivelsen sider ved seg selv som noen forstår å ha ligget der, blokkert, hele tiden, mens andre ser de som nye sider Gud har plantet i dem. Dette innebærer ikke nødvendigvis at personligheten, tankene og verdensanskuelsen blir *totalt* forvandlet, men at det legges til noe nytt. Dette gjør individene i stand til å løse begrensninger som opprettholder stagnasjon, gjør dem i stand til å mestre ting på en ny måte. En uttrykker dette som et ”*enormt klarsyn*”. En annen tolker det som ”*En merkelig ny klarhet over Gud – og over mitt eget jeg*”. Det åndelige innebærer både oppdagelsen av Gud og av nye sider av en selv: ”*Ved å trenge inn i min egen personlighet (...) fant jeg et nytt innhold inne i meg. Det hadde aldri vært der før. (...) Noe hadde slått rot*”.

Med tanke på teori om utvikling av det spirituelle eller sjelfulle selvet, kan man forstå den åndelige oppvåkningen som at individet kommer i kontakt med ukjente deler av seg selv, deler det vurderer som virkeligere enn alt annet. I frigjøringen som ligger i overgivelsen skriver James (1902/2003) at kontakten med et *høyere jeg* er grunnleggende som en standard og vei til å identifiserer sitt sanne vesen, som grenser opp til og er i forlengelsen av et *Mere* som virker i universet utenfor individet, altså den Guddommelige orden eller mening. Gjennom kontinuerlig kontakt med dette Mere vil individet kunne fjerne seg fra sin lavere

personlighet og strekke seg mot et idealselv eller høyere, sannere jeg. Altså er det et positivt, felles innhold i den religiøse erfaring at den bevisste personlighet henger sammen med et mer omfattende jeg som en forlengelse av det Guddommelige vesen.

Dette jeg'et beskriver en som *"Kjernen i vårt vesen, det innerste jeg"*. Tilstanden forut beskriver en annen som å ha *"stengt meg ute fra mitt egentlige jeg"*. Når individet forteller å *"på en betydningsfull måte [ha] blitt forandret"*, er det noe i det innerste og mest betydningsfulle av enselv som forandres. Denne inntrengningen til det egentlige *jeg* innebærer også bevegelse fra en tilstand av splittethet til å oppleve seg selv og virkeligheten som hel, sammenhengende og meningsfull. En beskriver denne helheten, overgivelsens helhjertede aksept og responser, slik: *"Det var som om hode og hjerte til slutt var limt sammen. Jeg følte ikke lenger at jeg var to mennesker i ett som lå i drakamp med hverandre"*.

7. Diskusjon

7.1. Problemer forbundet med ontologisk og metodisk reduksjonisme

En betydelig del av min problemstilling er å problematisere reduksjonistiske holdninger som lenge har preget den generelle psykologiens syn på religiøse og spirituelle fenomener. På én side har dette blitt en støtten for religionspsykologien. På en annen side har også religionspsykologien selv blitt anklaget for å være reduksjonistisk (Geels, 1991). Å utdype og nyansere dette er absolutt sentralt i utforskningen av et fenomen som spirituell overgivelse.

I religionspsykologisk litteratur etterlyses ofte en helhetlig teori som kan fange de fenomener man studerer (Engedal, 2003; Geels, 1991; Paloutzian & Park, 2005). En teori er en måte å se virkeligheten på hvor man belyser et fenomen ut ifra et bestemt synssett, en teori. Man "oversetter" på en måte fenomenet til et språk av vitenskapelige termer man har valgt. Denne arbeidsmåten kalles *metodisk reduksjonisme*. I utgangspunktet er ikke metodisk reduksjonisme ensbetydende med å *fjerne* fenomenets meningssfære. Når det gjelder så personlige og følelsesladde fenomener som de spirituelle, kan kategorisering og analytisk oppsplitting av disse i deres ulike elementer oppleves meningsløst for det erfarende individet. Men selv om noen skulle føle at vitenskapelig metode *psykologiserer* slike fenomener til det ugjenkjennelige og meningsløse, konstituerer dette selve psykologifagets vitenskapelighet (Geels, 1991). Problemer oppstår imidlertid når psykologien hevdes å generelt finne terminologi knyttet til det spirituelle fremmed og absurd (Vederhus et al., 2008).

Jeg har gjennom oppgaven tatt opp de vidtgående problemene som preger religionspsykologien både når det gjelder begrepsavklaringer og tilgjengelig begrepsapparat.

Å i det hele tatt forholde seg til sentrale begreper i litteraturen jeg har lagt til grunn har vært svært vanskelig, fordi de både er så vagt avgrenset og innbyrdes preget av inkonsistens. Å etterstrebe en konkret definisjon av spirituell overgivelse i dette arbeidet ville derfor være altfor ambisiøst og lite konstruktivt. Denne problematikken vanskeliggjør også det å sammenligne og trekke paralleller mellom ulike studier. Dette gjelder også inkonsistens i måling av begrepene. For eksempel blir det lite heldig å se studier i sammenheng hvor religiøsitet måles ut ifra kirkebesøksfrekvens versus mål av religiøse opplevelser.

Det er også en stor utfordring for faglig orienteringsevne å bevege seg i et svært spredt litteraturmangfold som preges av så mange perspektiver som glir over i hverandre, alt fra kognitive, utviklingspsykologiske, sosialpsykologiske og psykoanalytiske. Den største utfordringen har for meg derfor vært å samle litteratur og finne sammenhengen i et mangfold man lett kan drukne i (Hood, 2002; Skoe, 2008). I tillegg er dette grunnet at spirituell overgivelse er et fenomen som en god del religionspsykologisk litteratur tangerer, men ikke nødvendigvis har noe klart fokus på. De ulike forskere som behandler fenomenet virker heller ikke å ha særlig bevissthet om hverandre. Samtidig har det vært både opplysende og lærerikt å sjonglere med så forskjellige måter å betrakte et fenomen på, fordi det kaster lys over og konkretiserer selve avgrensningen av psykologiens nedslagsfelt, og at det berører grunnleggende validitetskriterier. I diskusjon av et fenomen som spirituell overgivelse er det særlig kommunikativ validitet som aktualiseres. Gyldig kunnskap kan slik sies å produseres i god argumentering i en dialog med motstridende påstander, en validitetslogikk som ”lar oss bevege oss mellom de to ytterlighetene dogmatisme og skeptisisme” (Kvale, 2007, s. 171). Hva angår spiritualitet kan dog skepsis og dogmatikk til dels virke å gli over i hverandre.

Tilbake til reduksjonisme, er det først når denne blir så radikal at man står i fare for at mening og kontekst forsvinner man får alvorlige problemer. Dette skjer når man hevder at religiøse erfaringer ”ikke er noe annet enn en psykologisk prosess” (Geels, 1991, s. 18) og man gjør seg skyldig i hva Geels kaller ”the nothing-but fallacy”. Da snakker man ikke lenger om metodisk, men *ontologisk reduksjonisme*. Dette kan typisk eksemplifiseres av Freuds kausale analyse av religion som et resultat av farsprojeksjon, hvilket bunner i et behov for blant annet trygghet i en risikofylt verden. Selv religionspsykologien beskyldes for å preges av en reduksjonisme av ontologisk type hvor tolkninger av religiøse opplevelser blir ”bortforklaringer” heller enn meningsfull forståelse (Geels, 1991, se også Pargament, 2002b).

Geels (1991) mener i sterk kontrast til dette at det vil være tiltrekkelig å ta utgangspunkt i den virkelighet informantene tilskriver sine opplevelser, altså ”de er virkelige i den mening at informantene oppfatter dem som virkelige” (s. 19). Dette utfordrer både

tradisjonell metodisk og ikke minst ontologisk reduksjonisme og kaller på anvendelse av begreper som for eksempel "sjelen" og "det Guddommelige", og videre på perspektiver som det kosmiske og for eksempel kvanteendring.

I utforskningen av spirituell overgivelse er mitt inntrykk at fenomenet ikke så mye handler om å gi fra seg kontroll og vilje til Gud, som det handler om en ydmykhet og kreativitet, hvor individet både aksepterer sin livssituasjon og åpner seg for at livet, virkeligheten og verden er mye større enn ens egen bevisste, selvsentrerte livsverden. Det er slik mer snakk om en realitetsorientering enn virkelighetsflukt. Økt selvkontroll og mestring av vanskelige livssituasjoner kan dermed forstås som en virkning av å skifte fokus hvor individet søker, oppdager og opplever modning av et iboende apparat for spiritualitet. Dette er i tråd med Cole og Pargaments (1999) poeng om at spirituell overgivelse ikke bør sees som primært en mestringsmekanisme når livet viser seg vanskelig, men at motivasjonen bak overgivelsen først og fremst er en dyptloddende spirituell praksis og et generelt aspekt ved det spirituelle livet. Forskning har i den forbindelse vist individets oppfattelse og fokus på spiritualitet som kritisk faktor i helseintervensjon, altså at det spirituelle i seg selv som mål og mening gir en egenartet positiv effekt. Positive effekter blir fraværende om det for eksempel er styrket kontroll som er intensjonen (Cole & Pargament, 1999; Wachholtz & Pargament, 2005). Dermed vil vesentlig deler av meningen tolkes *ut* og ikke inn i forståelsen av individers spirituelle opplevelser om man ser dem som primært å representere sosial støtte, stressmestring, kreativitet etc. Selv om korrelasjonsforskning som viser sterke sammenhenger mellom ulike psykologiske attributter og spirituell overgivelse er umistelige for legitimering av et slikt fenomen i psykologien, er dette ikke nødvendigvis nok for å *forstå* fenomenet.

7.2. Forskerens vitenunivers og meningsfull sammenheng

Når det gjelder etterspørsel etter en helhetlig religionspsykologisk teori, finner jeg Engedals (2003) oppfatning svært opplysende. Han mener at den historiske og kulturelle konteksten som preger religiøs erfaring også forankrer vitenskapelig fortolkning og utledning av teorier om erfaringen. Og siden vitenskapelig forskning i seg selv er et kulturuttrykk, er all psykologisk teori derfor bærer av førvitenskapelige forutsetninger knyttet til virkelighetsforståelse, erkjennelsesteori og menneskesyn. Forut for konstruering av helhetlig teori står man dermed overfor utfordringer om å forstå hvilke førvitenskapelige forutsetninger som fremstår som barrierer mot at psykologien meningsfullt kan forstå spirituell overgivelse (se Flick, 2006; Valsiner, 1984). Det er likeledes en avgjørende kilde til å forstå et fenomen å se

hvilket menneske som trer frem av psykologisk forskning og sammenhengen mellom metode, vitenskapsteoretisk forankring og menneskesyn (Hauge, 2000).

Før jeg går videre inn på dette, vil jeg først si at når man snakker om religionspsykologisk forskning, kan å snakke om denne i entall være en villedende abstraksjon, fordi religionspsykologien er knyttet til den psykologiske forskningens mangfoldige bilde av teoretiske tradisjoner, metodiske konsepter og empiri; et mangfoldighetsbilde som nettopp rettferdiggjør psykologien som en vitenskapelig disiplin. Engedal (2003) mener derfor at ”det er ønskelig at utforskingen av den religiøse erfaringsverden tar i bruk hele bredden av psykologiske teorier og forskningsmetoder” (s. 954). Dette kan man med letthet slutte seg til. Men igjen, hva angår spirituell overgivelse er man nødvendigvis ikke derav fremme ved en teori som setter empiriske data i en *meningsfull* sammenheng (Geels, 1991). La meg illustrere dette ved en analogi til sosiologien.

For et århundre siden kjempet sosialvitere, som Emile Durkheim (1897/1991) for å samle evidens for at det eksisterer en sosial virkelighet, i kontrast til hva mange hevdet, at samfunnet nærmest er en tilfeldig samling av individer som i og for seg kunne levd alene. Durkheim mente at mennesker henter sin grunnleggende livsmotivasjon fra fellesskapet, og at i et samfunn oppstår det noe helt nytt, et samfunn som er mer enn bare summen av dets individer, noe som virker med genuine krefter og krever en egen forståelsesmåte og vitenskapelig fremgangsmåte for å begripes. Videre har blant annet Sterns forskning i psykologien ført til konsensus blant psykologer at mennesket av natur, fra fødselen av er et relasjonelt, sosialt vesen (Skoe, 2008). Med det sosiale makroplan som forklaringsnivå vil jeg si at sosiologi og sosialpsykologi fikk en meningsfull sammenheng å tolke empiri ut fra.

7.3. Paradigmeskifte

Hinsides ontologisk reduksjonisme og religionsmarginaliserende metodisk reduksjonisme, kan denne sammenhengen foreslås å være et eget forklarings- og analysenivå definert som det spirituelle eller åndelige, eller hva Pargament kaller *det hellige*. Dette blir på et enda høyere abstraksjonsnivå (Frankl., 1984) enn det sosiale makroplan, altså på et kosmisk plan. Da dette må sees kvalitativt forskjellig fra det sosiale og individualpsykologiske, kreves en annen rasjonale, en rasjonale som for eksempel Kohlberg mener må tegnes opp ut ifra metaforer (Jørgensen, 2006), slik James gjorde i sin eksistensielle analyse av religiøse opplevelser. Dette innebærer, mye likt individers opplevelse av spirituell overgivelse og åndelige oppvåkning, at forståelse går gjennom å slutte å forsøke forstå logisk og rasjonelt hva det Guddommelige

egentlig er, anerkjenne dets verdi for det erfarende mennesket, utfordre ens virkelighetsoppfatning og menneskebilde og få øynene opp for hittil ukjente deler av menneskets selv, identitet og natur. Psykologien kan gjøre dette ved å studere opplevelsens ekstreme uttrykk for å realitetsorientere seg gjennom empatisk forståelse og slik unngå reduksjonistisk aversjon fra en virkelighet mange av dens agenter mangler genuin opplevelse av. For som Jung fremholdt, er vår forståelse begrenset av det vi selv har erfart (Wulff, 1997).

Emmons og Paloutzian (2003) har foreslått at løsningen hertil er konstruksjonen av hva de kaller et multidimensjonalt paradigme. Et paradigme utgjør grunnleggende premisser, begrepsdannelser og teorier som ligger som forutsetninger for vitenskapelig tenkning og aktivitet. Disse er da relative til tidsepoke og er mer eller mindre eksplisitte. Disse forutsetningene vil i sin epoke tas som allmenngyldige sannheter man utleder hypoteser og driver empirisk forskning ut ifra (Amundsen, 1981). Som svar på religionspsykologiens lange non-paradigmatiske historie mener Emmons og Paloutzian (2003) at tiden er kommet for å anerkjenne verdien i data på ulike analysenivåer samtidig som man gjør nonreduksjonistiske antakelser om verdien av spirituelle og religiøse fenomener.

7.4. Meningssystemer

Når jeg snakker om en meningsfull sammenheng, vil jeg dvele ved begrepet ”mening”, som er nært knyttet til oppgavens tema. I spirituell transformasjon opplever individet en forvandling fra et liv uten mening til et liv gjennomsyret av hva mange kaller en *dypere mening*. Eksistensialpsykologen Viktor Frankl (1984) betraktet menneskets søken etter mening i tilværelsen som en avgjørende drivkraft til mental sunnhet og livskvalitet, og han så rusmisbruk som en effekt av nettopp mangel på genuin mening i livet. Begrepet ”mening” er ikke nødvendigvis mindre vagt og komplekst enn et begrep som ”spiritualitet”, men jeg tror at trådene i denne oppgaven vil kunne samles om dette begrepet tydeliggjøres.

I AA oppfatter jeg ikke at transformasjon preges av den typiske ”født på ny”-narrativen som preger omvendelsestradisjoner, men heller en oppvåkningsnarrativ, en ny måte å se selvet, livet, omgivelsene og virkeligheten på. Altså snakker man ikke om endringer i kjernetrekkene i personligheten som inngår i *the big five*, men personlighetsmanifestasjoner på relativt underliggende nivå. Dette bekreftes av metaforskning på omvendelse hvor man foreslår at transformasjonen til sammen utgjør en dyptloddende, livsendrende forandring i menneskets *meningssystem*. Paloutzian (2005) definerer dette å til sammen innebære endring i både individets personlighetsaspekter på middelnivå og globalt nivå. Førstkommende dreier

seg om ”purpose towards which one strives (...), specific goals (...), or values and attitudes expressed as new ways that one may wish to be” (s. 332). Sistkommende dreier seg om endring i ”overarching life guides such as self-definition and identity (...), overall purpose (...), a new life narrative that highlights the importance of this turning point in the story and its consequences, and that which serves as the ultimate concern” (s. 332) da for eksempel det Guddommelige. Alle disse aspektene er henledet på det spirituelle, slik Jung (1966/1975) skriver i sin selvbiografi ”Jeg oppdager at alle mine tanker kretser om Gud som planeter om solen, og som disse blir uimotståelig tiltrukket av solen, blir de det av Ham” (s. 14). Dermed kan religion sees som et eget meningssystem (Emmons & Paloutzian, 2003; Paloutzian, 2005). Og her begynner paradokset å demre.

7.5. Virkelighetsforståelse og sannhet

Et meningssystem handler om hvordan mennesket finner sin verden og hverdag ordnet og meningsfull og dermed kontrollerbar. I bunn og grunn handler dette om virkelighetsoppfatninger (Geels, 1991). Disse har en *nomisk* funksjon, det vil si at de hjelper oss å skape orden i tilværelsen og gir oss beskrivelser som hjelper oss å *forstå* det vi sanser og opplever i verden. Dog er ikke ordnethet kun konstituert av logisk, rasjonell lovmessighet.

Jeg har sagt at mange AA-medlemmers argument for at det spirituelle er virkelig, handler om den praktiske opplevelsen av Guds kraft. Denne vekkes av individets ydmykhet overfor sin egen begrensede evne til å forstå alt i livet med intellektuell tanke. Dette virker som en et ekko av James' (1902/2003) sitering av religionspsykologen Leuba når han henvender seg til psykologstanden angående den religiøse opplevelsens virkelighet:

”*God is not known, he is not understood; he is used* – sometimes as a meat-purveyor, sometimes as moral support, sometimes as a friend, sometimes as an object of love. If he proves himself useful, the religious consciousness asks for no more than that. Does God really exist? How does he exist? What is he? are so many irrelevant questions. Not God, but life, more life, a larger, richer, more satisfying life, is, in the last analysis, the end of religion. The love of life, at any and every level of development, is the religious impulse” (s. 391).

I likhet skrev James (1902/1963) selv om den mystiske erfarings virkelighet: ”Individet ’har været dér’, og de véd det. Forgæves kommer rationalismen med indsigelser herimod ” (s. 286). Men nå stiller altså en rekke atferdsvitenskapere spørsmålstegn ved psykologers

sverging til rasjonalisme og den reduksjonistiske naturalismen. Sistnevnte er en tro på at universet er selvtilstrekkelig, uten ”overnaturlige” årsaker eller kontroll. Denne ideologien går ut ifra at mennesker og universet kun tilfredsstillende forstås vitenskapelig uten å gå til religiøse forklaringer (Richards, Rector & Tjeltveit, 1999).

Som konklusjon i sin spirituelle bedømmelse av den religiøse erfaringen, mente James som nevnt at religion først av alt må føres fremfor en virkelighetsdomstol av pragmatisk karakter (Wulff, 1997). Siden det mystiske så tydelig innvirker på livsførsel i *den naturlige verden*, har man dermed ingen filosofisk unnskyldning for å avvise den mystiske verden som uvirkelig. Gud er en realitet idet Han frembringer reelle virkninger, skriver James (1902/2003). Jeg tror James her viser til de førvitenskapelige føringer som ligger under psykologiens fortolkning av menneskets religiøsitet. Blandt disse ligger implisitte valg, ofte ubevisste fra forskerens side, som tas om menneskesyn og virkelighetsforståelse (Engedal, 2003). Disse konstitueres blant annet av primærsosialisering. I denne prosessen sees verden og de sosiale normer, verdier og atferdsmønstre som preger den som opplagte og objektive sannheter man ikke setter spørsmålstegn ved (Bastiansen, 1992). Dette handler om at mennesker, på grunn av vårt behov for mening, tenderer til å gjøre vår beskrivelse av virkeligheten permanent og å betrakte den som – i verste fall – det eneste korrekte bildet av tilværelsen. Slik blir psykologer også sårbare for en dogmatisk relasjon til virkeligheten.

I religionspsykologien og også i TP utfordres psykologiens dominerende virkelighetsforståelse. På én side kan man si at med forskning på ulike typer bevisstheter i tillegg til vår normale, våkne bevissthetstilstand blir det vanskeligere og vanskeligere å lukke øynene for muligheten for at det eksisterer andre virkeligheter som opererer ut ifra helt andre regler enn vår velkjente, commonsence, empiriske virkelighet. Dette innebærer særlig kunnskap om ulike typer utvidede bevissthetstilstander og endrede virkelighetsoppfatninger gjennom hallusinogener (Rogers, 1974) og en lang parapsykologisk forskningstradisjon som frembringer tung evidens for eksistens av psi- og ESP (utenomsanselig persepsjon), som for eksempel telepati (Bastiansen, 2003; Bem & Honorton, 1994; Tart, 2004). I denne oppgaven vises det til mulighet for en mystisk virkelighet, som vi per se ikke kan leve i, men som på et annet plan utgjør en lovmessig virkelighet utilgjengelige for våre fem sanser, hinsides tid og rom, ”a reality which can be perceived and known only when we are passively receptive, rather than actively bent on knowing” (Rogers, 1974, s. 386).

På en annen side ser man at spiritualitetens pariastatus opprettholdes på tross av dette, kanskje grunnet trusselen dette studieområde utgjør ved at det til dels avkrever psykologien for radikal revidering av virkelighetsmodell og verdensbilde (Bastiansen, 2003). Geels (1991)

skriver at denne trusselen allikevel reduseres idet institusjonalisert religion ofte virker som en legitimerende faktor når det gjelder åndelighet i vår tid. Jeg forstår Geels som å peke på at psykologien legitimerer sin ignoranse med en slags politisk korrekthet, at det spirituelle som privatsak er beskyttet fra det psykologiske blikk. Hva angår forståelsen av rent spirituelle verdier og anskuelser henvises man til teologien, som i all tid har tatt seg av slike anliggende.

Når man ser dette i sammenheng med akademias kamp mot teologiens monopoli på virkelighet og avvisning av tolkningsmangfold fordi den forbeholdt seg retten til å foreskrive dogmatiske sannhetskriterier, synes psykologien å hatt rett i sitt forsøk på å unngå såkalt *teologisk forurensning* av faget. Samtidig handler dette om psykologiens historiske stilling i akademia når det gjelder å hevde sin vitenskapelighet blant de *harde* naturvitenskapene, samt en lang profesjonskamp med legestanden (Berggraf & Reme, 2006). Psykologien har ikke nødvendigvis satt seg utelukkende i en heldig posisjon da den ønsket å nærme seg et naturvitenskapelig bilde som søker lovmessigheter med forbilledlighet i for eksempel tyngdekraften. For det er sjelden menneskets atferd kan uttrykkes i så bastante, kausale modeller. Det er heller ikke heldig at psykologien virker å være fullstendig uvitende om de enorme endringene som har foregått i teoretisk fysikk og de ulike harde så vel som myke vitenskapene (Bjærke, 2003; Rogers, 1973). Med det mener jeg at da psykologifaget begynte sitt forsvar innen akademia, så var det i en tid da virkeligheten var sammenfallende med hva som lar seg erkjenne av de fem sanser og teknologiens forlengelse av disse (Bjærke, 2003).

Det har vært klargjørende å ta i betraktning at ordet "virkelighet" er utledet av verbet "å tenke". Slik kan det forstås som "what is thought about things in general (...) rather than how things really are when thought is removed" (Larkin, Watts og Slifton, 2006, ss. 105-106). Jeg slutter meg til overstående refleksjon som bunner ut i en påstand om at de mest akutte problemstillinger i psykologien er å anerkjenne at det faktisk ikke er mulig å fjerne oss selv, våre tanker og meningssystemer fra verden for å etterstrebe å forstå hva som er virkelig og ikke. Det handler blant annet om at virkeligheten konstrueres i et spesifikt språk hvorigjennom den blir uttrykt. I skepsis til positivistisk korrespondanseteoris syn på objektiv sannhet, som vurderer i hvilken grad kunnskapsutsagn stemmer overens med den objektive verden (Kvale, 2007), kan man se selve språket som "deeply constitutive of reality, not simply a technical device for establishing meaning" (Riessmann, 1993, s. 4).

Det er uangripelig at psykologien aldri kan *bekrefte/bevise* eller *avkrefte/motbevise* Guds eksistens, hvilket vanskelig lar seg gjøre med noe i faget. Jeg mener det er dette man må legge i et krav om at en psykolog som vitenskapsmann ikke *skal* befatte seg med Guds eller en Guddommelig virkelighets ontologiske status, altså sannhetsverdi (Pargament & Mahoney,

2002). Jeg vil her se ”sannhet” som dogmatiske påstander, påstander som ikke skal stilles spørsmål ved, og som sees som statiske ideer om hvordan ting *egentlig* er. Men en påstand om det Guddommelige som del av virkeligheten er dog ikke meningsløst som empirisk hypotese, som Hood (2002) bemerker. Jeg mener det er forenelig med vitenskapelig objektivitet og nøytralitet å forholde seg til mystikk og spiritualitet som ikke bare en manifestasjon av en subjektiv tilstand, men at det kan gi mer mening, som for individet i sin livstolkning, om man nærmer seg teori om opplevelsen av en Guddommelig virkelighet som ”objectively real” (Spilka et al, 2003, s. 333), en teori som tilbyr forklaringer som er ”compatible with the ontological assertion of the experience” (s. 333).

Relativt til mainstream psykologi er antakelser om det Guddommelige som virkelig en svært radikal posisjon. Relativt til flere pionerer i psykologien jeg har nevnt, er den reaktiv. Vel vitende om dette, vil jeg derfor støtte mine refleksjoner på nåtidige påstander om den Guddommelige sfæres virkelighet fra prominente forskere publisert i anerkjente vitenskapelige fora. ”The spiritual is a unique reality that has not been articulated well in behavioral science and practice”, skriver Richards og Bergin (2005, s. 22). Engedal (2003) skriver at ”religiøsiteten fremstår som en *kvalifisert menneskelig* erfaringsmodus” (s. 955), Wulff konkluderer i sin forskning på mystiske opplevelser med å foreslå at ”some fundamental internal mechanism is operationg” (Spilka et al., 2003, s. 331). Follesø (2003) ser det som en fordel å ”undersøke religiøse opplevelser som sanne psykologiske fenomener” (s. 933) og Skoe (2008) skriver at ”I believe that faith is a universal part of human consciousness” (s. 297) og at ”psychology ought to consider such ’inner proof’ of a personal God - even though it may be of an illogical nature as defined by Western rationality” (s. 300).

Før jeg går videre, ønsker jeg at det på ingen måte skal være usagt at mystikere gjør like lite rett i å påtvinge en utenforstående uten tro og mystisk erfaring en Guddommelig virkelighet, som en like utenforstående vitenskapsmann gjør rett i å avfeie sjelen, en mystisk virkelighet og frelse som genuine menneskelige erfaringer og kapasiteter (James, 1902/2003).

7.6. Verdier og menneskesyn

Jung (1965) skrev om den religiøse opplevelsen, at:

“det ikke gjelder noe spørsmål om tro, men om erfaring. Religiøs erfaring er absolutt. Man kan ikke disputere om den. Man kan bare si at man aldri har hatt en slik erfaring, og motparten vil svare: ’Beklager, men det har jeg’. Og dermed vil diskusjonen være avsluttet. [...] Hvor er det kriterium som ville tillate oss å si at et slikt liv ikke er

legitimt, en slik erfaring ikke gyldig og en slik pistis rene illusjon? Finnes det i virkeligheten noen bedre sannhet om de siste ting enn den som hjelper en til å leve? [...] Og hvis en slik erfaring hjelper en til å forme livet sunnere, vakrere eller mer meningsfylt for oss selv og for dem vi er glad i, så kan vi rolig si: 'Det var en Guds nåde.'” (ss. 118-119).

Et stadig voksende kvantum av empirisk evidens konkluderer nå med at i tillegg til spirituell atferd kan også menneskers spirituelle *verdier* virke styrkende på fysisk og psykisk mestring, tilfriskning og velvære (Pargament, 1997; Richards & Bergin, 2005; Richards, Rector & Tjeltveit, 1999). Verdier er som sagt et grunnelement i menneskers meningssystem, definert som ”overall guides for setting priorities and for making attitudinal and behavioral choices” (Paloutzian, 2005, s. 340). Og ved å studere menneskers meningsskapende strukturer og ”the intensely human realm of value” (Riessmann, 1993, s. 4) kan psykologien bevege seg mot forståelse av menneskelig erfaring hinsides spørsmålet om objektive sannheter.

I spirituell overgivelse i AA har jeg nevnt at individer går fra å prioritere blant annet selvkontroll og sosial aksept til å sette sitt åndelige liv og omsorg for andre øverst. Dette kan sees som en omrokking av verdihiarkiet hvor åndelighet kommer som en ny verdi som plasseres øverst, altså hva Pargament kaller transformasjon av signifikans. Når evidens viser at dette kan ha en egenartet effekt på tilfriskning og mestring, er det viktig for psykologer å være seg bevisst at all forskning, vitenskapelig observasjon og terapi er verdiladet og dermed begrenset og farget av fagets, teorifokus' og personlige verdier (Richards, Rector & Tjeltveit, 1999). Forskning avdekker at både implisitte og eksplisitte verdier får konsekvenser for både (a) hvordan faget former sine studenter, (b) hvordan forskere utleder teori og studerer fenomener og atferd, og (c) hvordan terapeuter og kliniske psykologer nærmer seg og vurderer sine klienter, deres problemer, behandlingsmål og kriterier for bedring. I psykologi som atferdsvitenskap er det dermed essensielt å ta stilling til spørsmålet om hva som er rett og feil atferd for å løse menneskelige problemer (Bergin, 1980; Garborg, 1980; Richards, Rector & Tjeltveit, 1999). Men dette må gjøres med ytterst forsiktighet og årvåkenhet.

Behovet for å rette oppmerksomhet på verdier blir akutt når man tar i betraktning forskning som viser at selv psykologistudenter i betydelig grad oppfatter psykologifaget som stereotyp og nedsettende i forhold til religiøst troende, og videre at faget mangler et nyansert forhold til religion og unngår temaet for ikke å fremstå uvitenskapelig. Samtidig viser studier at sammenlignet med andre disipliner, er det psykologistudenter som rangerer religiøse verdier som minst betydningsfulle, en forskjell som øker utover studiet (Berggraf & Reme,

2006). Dette kan nok henge nært sammen med hva jeg i innledningen påpekte som et rent fravær av religiøse tema i psykologiutdanninger. Mindre akutt blir verdispørsmålet ikke når det som sagt virker som om psykologer er de minst religiøse blant de ulike vitenskapelige profesjoner (Austad & Follesø, 2003; Berggraf & Reme, 2006) og at akademikere er langt mindre religiøse enn folk flest (Listhaug, 1998). Samme mønster viser seg for hvordan mennesker vurderer viktigheten av religion og religiøse verdier (Berggraf & Reme, 2006).

Jeg vil si meg enig i Garborg (1980) at en lett kan få et inntrykk av at psykologien statuerer religiøse verdier og etikk som uholdbare og at de forkrøpler menneskelig liv og utvikling. Med optimisme vil jeg dog vise til en fremvekst av oppmerksomhet henledet på verdispørsmål i psykologien (Bastiansen, 1992, 2003; Bergin, 1980; Gibbs, 2003; Rogers, 1973; Skoe, 2008). For selv om psykologer skulle vurdere, med sin fulle rett selvfølgelig, Gud og spiritualitet som overflødig, bør ikke dette skje i praktisering av faget uten etisk refleksjon og respekt for en befolkning hvor en relasjon og kontakt med det Guddommelige vurderes høyt. Ser man til USA, viser nyere studier at 97 % av den amerikanske befolkningen generelt rapporterer om Gudstro (Spilka et al, 2003), og at 59 % rangerer religion som veldig viktig (Berggraf & Reme, 2006). Det er da påfallende at denne litteraturen, som nevnt, unngår religiøse tema, og som Bergin (1980) skriver, behandler konflikter mellom klienters, samfunnets og psykologiens verdier usystematisk eller ikke i det hele tatt.

Når jeg i innledningen skrev at utforskningen av religiøse tema har fått politisk mandat, henledet jeg på offentlig krav om at psykologien utvikler følsomhet og forståelse av det spirituelles genuinitet. Helse- og omsorgsdepartementet skriver nemlig i Opptrappingsplanen for psykisk helse 1999-2006 om planens mål og verdigrunnlag:

”En person med psykiske problemer må ikke bare ses som pasient, men som et helt menneske med kropp, sjel og ånd. Nødvendig hensyn må tas til menneskets åndelige og kulturelle behov, ikke bare de biologiske og sosiale. Psykiske lidelser berører grunnleggende eksistensielle spørsmål. Brukernes behov må derfor være utgangspunktet for all behandling og kjernen i all pleie, og dette må prege oppbygging, praksis og ledelse av alle helsetjenester” (St.prp 63, 1997-98 s. 6)

Det samme pålegget kommer fra APA og også den siste utgaven av DSM-IV, som understreker viktigheten av å anerkjenne og respektere menneskets religiøsitet for å unngå å feilaktivt diagnostisere dette som avvik (Frøkedal, 2008). Jeg tolker dette som en henstilling til vårt fag om å omdefinere menneskesyn for å se mennesket som også et spirituelt vesen, med en spirituell identitet (Poll & Smith, 2003) og spirituell helse (Oman & Thoresen 2005;

Wachholtz & Pargament, 2005; Wong-McDonald & Gorsuch, 2004). Slik får psykologer som ansvarsområde å rette oppmerksomhet på menneskers rent åndelige krise og konflikt (Pargament, 2007) og veilede og rettlede klienter i forhold til deres spiritualitet (Richards & Potts, 1995). Slik kan de løse destruktive elementer i deres spirituelle orienteringssystem (Pargament, 2007), søke å gi klientene en *sunnere tro* (Austad & Follesø, 2003) og skille mellom kreativ, konstruktiv religiøs virksomhet versus destruktiv hemmende (Borgen, 2003).

Angående verdier, vil jeg understreke at jeg upretensiøst vil forholde meg med ytterst forsiktighet til dette temaet. Dette innebærer klart betente etiske problemstillinger på alle kanter, særlig fordi religiøse verdier er lite utforsket, og det er klart at ikke alle har opplevelser av det slaget jeg behandler. Slik kan dette ligne et minefelt - et felt som må ryddes forsiktig med finurlige fingre, stort mot og bred og dyp kompetanse.

7.7. Theistisk realisme

Bergin (1980) hevder at det er to dominerende grupper av verdier som hersker i psykologisk teori og praksis som rettlede strukturer, særlig uttrykt i klinisk intervensjon. Begge ignorerer religiøse verdier og jobber ut ifra mål for endring som ofte kolliderer med theistiske verdiorienteringer. Bergin skiller mellom *klinisk pragmatisme* og *humanistisk idealisme*, hvor førstnevnte er fundert i det medisinske menneskesynet og fokuserer på patologi og symptombehandling. Helse sees her som fravær av patologi og forstyrrelser, og det fokuseres på den praktiske nytten av å behandle patologi i forhold til samfunnets behov for friske individer. Representanter for humanistisk idealisme har derimot gjerne en følsomhet for filosofi og sosiale reformer, som hos eksistensialpsykologene. Målet for endring og terapi er mindre praktisk enn i den andre gruppen, og verdiene er mer komplekse og vage. Endringsmål er for eksempel fleksibilitet, selvforståelse og selvaktualisering, uavhengighet, lykke, livsfilosofi og så videre. Men denne orienteringen står fortsatt ofte i sterk kontrast til religiøse systemer og mangler følsomhet for det åndelige perspektivet: menneskets relasjon til Gud og muligheten for en sammenheng mellom åndelige faktorer og menneskelig atferd.

Når psykologien skal gi effektiv og etisk hjelp til religiøse mennesker kan man hevde at den bør åpne for et tredje system, *theistisk realisme*, hvor det tas utgangspunkt i aksiomene at Gud eksisterer, mennesket er skapt av Gud og at mellom Gud og mennesket virker usynlige åndelige prosesser. Spørsmålet om Guds eksistens kan her ikke bare avvises av psykologien som et metafysisk og religiøst spørsmål forbeholdt teologer og filosofer, men at det dreier seg i høyeste grad om grunnleggende menneskelige forhold som direkte påvirker menneskesyn og

hvilke verdier som befester ens rettesnor for det gode liv (Bergin, 1980).

Jeg vil dog fastholde at religionspsykologer som åpner for et theistisk perspektiv må unngå å være naive i forhold til dogmatisk religion som argument i verdihierarkiet. På vei mot aksept og reintegrering av spiritualitet i psykologien må man heller ikke glemme en lang historie og samtid av religiøst motivert undertrykking av grunnleggende menneskerettigheter (Borgen, 2003a). Jeg tror religionspsykologien har en stor utfordring og behøves i et stadig mer flerkulturelt samfunn hvor et absolutt skille mellom religiøse og politiske argumenter svekkes og det medisinske menneskebildet sakte ser ut til å miste sitt enevelde. Med empirisk evidens kan den stille som leverandør av kriterier for konstruktive og destruktive spirituelle verdier relativt til individets og samfunnets helse, velvære, modning og menneskerettigheter.

7.8. Psykospirituell intervensjon – akademisk helsearbeid eller misjon?

Spirituell overgivelse handler til dels om møtet med en mystisk, Guddommelig virkelighet. Derfor kan man i en analyse som jeg foretar konkludere med at utforskning som et teoretisk spørsmål ender i umulige dilemmaer ”trying to represent what can’t be represented” (Berenson, 1987, s. 29). Men ut ifra et pragmatisk validitetskriterium (Kvale, 2007), hvor rettferdiggjørelse av tema, metode og tolkning er et praktisk spørsmål, burde det være nærliggende for psykologien å fokusere på fenomenet i den grad det for mange i nød, som i AA, faktisk er et praktisk spørsmål om liv eller død (Berenson, 1987).

”We are entering a renaissance in psychological healing as spirituality is being discovered anew” skriver Shafranske og Sperry (1999, s. 11), hvor oppmerksomhet henledes på religiøs tro og spiritualitetens rolle i klinisk praksis i et forsøk på å humanisere psykoterapien. For mindre enn to decennier siden fantes det knapt en håndfull artikler som berørte temaet, mens i dag florerer det av alt fra håndbøker, journalartikler, bokkapitler og innføringsbøker på området (Pargament, 1997, 2007; Poll & Smith, 2003; Richards, Rector & Tjeltveit, 1999; Richards & Potts, 1995; Shafranske & Sperry, 1999). I en utvidet åpenhet for spirituell og religiøs integrerte behandlingstilnærminger oppfordres helsepersonell til å ta opp klienters spiritualitet når det er relevant. *Psykospirituelle intervensjoner* benytter språk og evidensbaserte terapielementer med følsomhet og respekt for å utnytte det helbredende potensialet som ligger i klientenes tro og spiritualitet (Richards & Bergin, 2005) og eventuelt stimulere til spirituell utvikling for å fremme helse (Pargament & Mahoney, 2002) som en mer holistisk tilnærming til helse (Shafranske & Sperry, 1999)

Ett av bidragene til et holdningsskifte i forhold til sammenhengen mellom helse og

spiritualitet er blitt sagt å kunne tilskrives fremveksten av *positiv psykologi* – en ny retning i psykologien som representerer en radikal endring i tilnærming til psykologisk helse (Shafranske & Sperry, 1999). Positiv psykoterapi (PPT) fokuserer, i kontrast til tradisjonell psykoterapi, på å indusere positive følelser og øke engasjement hos individer med affektive lidelser og symptomer heller enn å direkte jobbe mot og fokusere på symptomer og deres årsaker (Seligman, Rashid, & Parks, 2006). Dette har i stor grad blitt informert av religiøse tradisjoner, da spesielt med tanke på at PPT benytter elementer fra meditasjon og begreper med dype religiøse røtter som ”håp”, ”tilgivelse”, ”gode gjerninger”, ”velsignelse” og ”takksigelse”. Målet er å formidle det gode liv ved å fokusere på individets styrker og det som gjør livet verdt å leve (Peterson, 2006). I PPT og visse psykospirituelle intervensjoner jobbes det med å strippe intervensjon for theistisk og dogmatisk innhold for at de skal kunne implementeres uavhengig av eventuell trosbekjennelse individene praktiserer (Avants, Beitel, & Margolin, 2005). Det er en markant forskjell mellom en slik tilnærming, som sekulariseres og bruker elementer fra religion instrumentelt for å øke lykkefølelse og selvkontroll (Peterson, 2006) og theistiske terapiformer, som gir spirituelle verdier og modning signifikans.

Jean Piaget var blant flere som tidlig uttrykte et håp om en renessanse for religion i psykologien - en religion som ga rom for en måte å tro på og samtidig være objektiv. Samtidig ønsket Piaget en vitenskap som var konsistent med religiøs tro (Kvale, 2003). Jeg tror Piagets visjon for et slags nytt ekteskap mellom psykologien og religion, et tilsynelatende luftslått, tydeligst får konkret fundament i Transpersonlig psykologi (TP). Spilka og kolleger (2003) mener TP av mange vil bli forstått som en religion i seg selv, men som rettere sagt handler om en sofistikering av psykologiens forståelse av spiritualitet. Med hva Richards & Bergin (2005) kaller *theistisk psykoterapi*, virker luftslottets tak også å ta fast form. Slik terapi innbefatter til forskjell fra PPT et theistisk konseptuelt rammeverk, religiøse og spirituelle intervensjoner og implementeringsveiledning for terapeuter hvor det eksplisitt ligger antakelser om et theistisk menneskesyn. Man antar at mennesker som tror på Guds kraft og som søker spirituelle ressurser i behandling, vil inneha en tilleggsressurs i mestring, tilfriskning og vekst. Slike terapier knyttes dog ikke til én spesifikk trosretning, men integrerer generelle, tradisjonelle religiøse og spirituelle teknikker som bønn, kontemplasjon over ulike utdrag fra religiøse skrifter og velsignelse (Oman & Thoresen, 2005) samtidig som de integrerer intervensjon fra mainstream, sekulær terapi (Richards & Bergin, 2005; Shafranske & Sperry, 1999).

Poll og Smith (2003) bygger på Richard og Bergins (2005) theistiske utviklingsmodell i deres arbeid med å konseptualisere det spirituelle selvet og spirituell identitetsutvikling. Det ligger her til grunn en åpen antakelse om spiritualitet i tråd med hva jeg har skrevet om sjelen,

altså at mennesket er et spirituelt vesen med en sjel av evig størrelse. Her fokuseres det også på antakelse om at mennesket innehar en evne til å kommunisere med Gud gjennom spirituelle kapasiteter. Mennesket sees som intrinsisk motivert av natur til å søke en Gudsrelasjon, en relasjon som styrkes av mystiske opplevelser. Forfatterne sier klart at uten antakelser om at Gud eksisterer og at menneskene er spirituelle av natur, vil konsepter som spirituell identitet ha liten mening og fremstå som intet annet enn et aspekt ved ens sosiale identitet. Dette gir støtte til nevnte påstander i 12-stepsprogrammet om at spirituell overgivelse og Gudsrelasjonen er uunnværlig for å utnytte bedringspotensialet i programmet.

Jeg har sagt at man som endringsagenter i terapi uunngåelig tar verdivalg når man skal identifisere klientenes problemer og fastsette praktiske målsettinger for terapi. Målsettingene speiler konkrete verdier, og kriterier for å måle terapeutisk endring etableres på et verdimessig grunnlag. Dette innebærer eksplisitte syn på hva som er menneskets egentlige vesen og hvordan det former seg selv og av sine omgivelser. Direkte eller indirekte vil en terapeut forholde seg til hva han mener egentlig er verd noe i livet og hvordan og hvilke av klientens ressurser som skal mobiliseres for å nå de målene som er verdt å streve etter (Bergin, 1980). For all utvikling er forandring i en viss retning (Jensen, 2005). "What we regard as a good direction is normative and culturally situated, influencing our ways of acting" (s. 484). Forskning begynner nå å fremvise evidens for at spiritualitet er en kritisk ingrediens i intervensjoner, som for eksempel meditasjon, når det gjelder effekt på helse og mestring, og at det kan være et effekttap å gå utenom et spirituelt perspektiv i slike typer intervensjoner. Et element som virker å ha spesielt god effekt på stressmestring og resiliens er tilnærminger som "shifts the mind away from physical and mundane concerns to a focus on the larger universe and the individual's place within it" (Wachholtz & Pargaments, 2005, s. 369).

En stor og etter min mening potensielt eksplosiv debatt vil være i hvilken grad psykologien i terapi skal nærme seg sjelesorgens og prestens praksis og rolle. Jeg ser etter arbeidet med denne oppgaven grensesprengende fordel for psykologi og helsevesen i å åpne for bruk av psykospirituelle intervensjoner som theistisk spirituell bønn (McCullough & Larson, 1999), meditasjon (Wachholtz & Pargament, 2005), mantra (Bormann et al, 2006) og til og med velsignelse (Richards & Bergin, 2005) i terapirommet. Men spørsmålet blir hvilke kriterier man skal sette for at slike intervensjoner skal brukes relativt til klienten på én side og terapeuten på den andre sin religiøse orientering, mestringsstil og eventuelle tilhørighet i trosfellesskap. For så vidt kan man i terapi aldri helt møte pasienten på sine egne premisser, for da umuliggjøres endring fordi endring av verdisystem utgjør en vesentlig del av terapi. Man skal dog i følge faglig etiske retningslinjer respektere pasientens integritet og egenart ved

å unngå å overfor pasienten fremme egne interesser av personlig, politisk eller religiøs art (Bergin, 1980; Garborg, 1980). Visse typer mennesker vil kanhende aldri kunne oppleve omvendelse, hvilket James (1902/1963) kaller for åndelig goldhet eller tørke, samtidig som forskjellige mennesker som nevnt følger forskjellige veier til åndelig oppvåkning. Når det gjelder risikofaktorer knyttet til overgivelse, som potkonvensjonell depresjon (Rambo, 1993) og negative uttrykk for overgivelse, vil jeg ikke drøfte dette her på grunn av oppgavens begrensede omfang. Det skal dog nevnes som svært viktig i forbindelse med intervensjon.

For psykologen som opplever personlig begrensning med å imøtekomme klienters spiritualitet, foreslår Bien (2004) at det vil være stor hjelp i å ta et skritt utover eget konvensjonelt paradigme og se på sin praksis fra en annen vinkel, da med henblikk på spiritualitet og spirituell terminologi. Det er avgjørende i psykoterapi med tillit til de psykologiske endringsprosessene. Etter kvanteendringsopplevelser kan klienter ha behov for veiledning for å forstå og integrere disse. Dette innebærer blant annet å validere opplevelsene og oppmuntre klienten til å reflektere over sine aktuelle livsdilemmaer i lys av disse, altså normalisere den realiteten som ligger i slike opplevelsers potensial (Bien, 2004). Tillit til endringsmekanismer kan med fordel utvikles ved at terapeuten dyrker sitt eget indre liv og spirituelle utvikling ved selv å praktisere eksempelvis meditasjon, dagbokskriving og arbeid med egne drømmer. Slik kan man bli bedre i stand til å lytte til eget liv og se hvilket mysterium som ligger i eksistensen (Bien, 2004, se også Moxley & Washington, 2001).

8. Avslutning

I dette arbeidet har jeg forsøkt å finne et svar på hvordan man meningsfullt i psykologien kan forstå spirituell overgivelse utenom en reduksjonistisk tilnærming. Gjennom oppgaven mener jeg å ha vist at det eksisterer et mangfold med til dels gjensidig utelukkende perspektiver å forstå dette utifra. På en måte foreligger det seiglivet fordømmer og vitenskapsfilosofiske barrierer mot utforskningen av og integreringen av et fenomen som spirituell overgivelse. Det er da den spirituelle komponenten som skaper problemer fordi den henviser til eksistensen av en Guddommelig virkelighet. Samtidig har jeg vist at det finnes perspektiver i psykologiens utkantstrøk som allerede lenge har skapt et rom for en forståelse av det spirituelles genuinitet. Det er dog et stort spenn mellom theistisk realisme, som legger til grunn en hypotese om en mystisk, Guddommelig virkelighets eksistens og mennesket som spiritielt vesen, og ulike humaniserte retninger av psykologien som legitimerer spiritualitet som ressurs, men på en instrumentell og ontologisk reduksjonistisk måte. Jeg har argumentert for at det finnes en

måte å forstå og anerkjenne verdien i det spirituelle uten verken å ty til radikal reduksjonisme eller dogmatisk, teologisk forståelse. Det betyr at man kan se det spirituelle som noe genuint, noe som ikke kan reduseres til rent biologiske, psykologiske eller sosiale prosesser.

Teoretisk kan man i den forbindelse vurdere revidering av det vitenskaplige paradigmet som ligger til grunn i psykologien. Psykologien er dog ikke, og skal ikke, preges av indre konsistens, for som akademisk disiplin er den avhengig av et florerende teori- og metodemangfold. Det er ikke nødvendigvis konstruktivt at psykologien generelt adopterer et theistisk menneske- og virkelighetssyn. Men det kan være på tide at disiplinen gir større legitimitet og økt kompetanse i religionspsykologi. For i en tid hvor spiritualitet virker å få revolusjonerende økt oppmerksomhet både i samfunnet generelt og i academia, ligger det store muligheter i religionspsykologien for kunnskapsleveranse. Her er det rom for at mennesket sees å ha en iboende lengsel etter og et potensial for å komme i kontakt med en Guddommelig livssfære av kritisk betydning for helse, velvære og meningskonstruksjon.

Dette innebærer også at psykologien kan sies å ha ansvar knytte til religion og spiritualitet som kvalitetssikrer. I medisinen har medisinsk forskning utarbeidet evidensbaserte kriterier for kontroll av hva som er rett og gal behandling, og det offentlige har på bakgrunn av dette streng farmasøytisk kontroll. På lik linje utøves det kontroll over psykologstandens terapeutiske aktivitet for å regulere og legge føringer relativt til etiske retningslinjer og evidensbaserte studier av atferd og helse. Når det kommer til spiritualiteten, virker de eneste føringer å ligge i dogmer og doktriner - beskyttet av religionsfriheten. Særlig AA har blitt foreslått å være en empirisk referanse for forståelsen av spirituell overgivelse, et kjernekarakteristisk fenomen i mange religiøse erfaringer. Videre forskning på dette og liknende spirituelle integrerte intervensjonsprogrammer, spesielt med tanke på kvanteendring, vil jeg foreslå som en mulig vei videre i utforskningen av spirituell overgivelse.

Utfordringen har i hovedsak handlet om å insistere på å forstå hva som gjerne kalles absurd, irrasjonelt, illusorisk og virkelighetsfjernt av mainstream psykologi. For meg har dette, med svært lite faglig formidling som grunnlag og referanse, vært en reise i et grenseland. Jeg har famlet i blinde i et landskap som har virket som et sumpland og tåkeheim. Det som har drevet meg har vært en, la meg si sjelelig, overbevisning, både faglig og personlig, om at dette er feil og at det finnes en oase i ørkenland, en lysning i natten. I arbeidet med denne oppgaven har visse grunnleggende teoretiske ideer om virkelighet og syn på menneskelig natur og potensial kommet til syne og gjort det mulig å forstå noe som lenge har vært og fortsatt er temmelig betent og vanskelig i psykologien. Og jeg opplever nå å ha landet på fast grunn etter hva jeg vil karakterisere som en eneste lang linedans.

9. Referanseliste

- AA (1973/2006). Kom til tro... AAs åndelige vågesstykke slik enkeltmedlemmer har opplevd det. Oslo: Anonyme Alkoholikere i Norge.
- AA (2006). *Anonyme Alkoholikere*. Oslo: Anonyme Alkoholikere i Norge.
- Aftenposten, (2008). Hyret inn klarsynte for å jage vekk spøkelser. Hentet 29/1-2009 fra <http://www.aftenposten.no/nyheter/iriks/article2755272.ece>
- Aftenposten (2009a). Hanssens sønn telefonhealet av Snåsamannen. Hentet 29/1-2009 fra <http://www.aftenposten.no/nyheter/iriks/article2887865.ece>
- Aftenposten, 2009b. SV-Ballo tror at bønn kan stoppe blødninger. Hentet 29/1-2009 fra <http://www.aftenposten.no/nyheter/iriks/politikk/article2894969.ece>
- American Psychological Association (2003). *The 2002 APA code of ethics, 2.01: boundaries of competence*. Hentet 27. november, 2007, fra http://www.apa.org/ethics/code2002.html#2_01
- Amundsen, R. (1981). Utenom-kroppslig bevissthet. En utfordring for psykologien/ psykiatriens fysikalske paradigme. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 18, 578-583.
- Austad, A., & Follesø, G. S. (2003). Religiøse og eksistensielle erfaringer og psykoterapi. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 40, 937-944.
- Avants, A. K., Beitel, M. & Margolin, A. (2005). Making the shift from 'addict self' to 'spiritual self': Results from a Stage I study of Spiritual Self-Schema (3-S) therapy for the treatment of addiction and HIV risk behaviour. *Mental Health, Religion & Culture*, 8(3), 167-177.
- Bastiansen, A (1992). *Sosialpsykologiske perspektiver. Tema med variasjon i teori og praksis*. Oslo: Tano.
- Bastiansen, A. (2003). *Den Tusende Dråpe. På Sporet av en Humanistisk Sosialpsykologi*. Oslo: Pax Forlag A/S.
- Bateson, G. (1971). The cybernetics of "Self": A theory of alcoholism. *Psychiatry*, 34, 1-18.
- Baumeister, R. E., & Exline, J. J. (1999). Virtue, personality, and social relations: self-control as the moral muscle. *Journal of Personality*, 67, 1165-1194.
- Baumeister, R. F., & Exline, J. J. (2002). Mystical self loss: A challenge for psychological theory. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 12 (1), 15-20.
- Bem, D. J. & Honorton C. (1994). *Does psi exist?* Psychological Bulletin 1994, 115 (1), 4-18.
- Berenson, D. (1987). Alcoholic Anonymous. From surrender to transformation. *Family Therapy Networker*, July-August, 24-31.

- Berggraf, L., & Reme, S. E. (2006). *Er religion tabu i psykologien? Norske psykologistudenters holdninger, oppfatninger og erfaringer vedrørende religion i psykologiutdanningen*. Upublisert hovedoppgave. Universitetet i Bergen, Psykologisk Institutt, Bergen, Norge.
- Bergin, A. E. (1980). Psychotherapy and religious values. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48(1), 95-105.
- Bien, T. H. (2004). Quantum change and psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, 60 (5), 493-501.
- Bjærke, S. (2003). Symbolet og det fraværende. En dybdepsykologisk betraktning på psykologien og det religiøse. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 40, 976-983.
- Borgen, B. (1994). Rusmisbruk og religiøsitet: endring og vekst ved (re)habilitering i Lewi Pethrus Stiftelse för filantropisk verksamhet. Avhandling presentert for magistergraden i psykologi. Institutt for generell psykologi. Seksjon for kognitiv psykologi. Universitetet i Bergen.
- Borgen, B. (2003a). Det skapende subjekt. Kreativ kommunikasjon i et religionspsykologisk perspektiv. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 40, 989-991.
- Borgen, B. (2003b). Religionspsykologi - et fag med økende betydning. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 40, 989-991.
- Bormann, J. F., Gifford, A. L., Shively, M., Smith, T. L., Redwine, L., Kelly, A., Becker, S., Gershwin, M., Bone, P. & Belding, W. (2006). Effects of Spiritual Mantram Repetition on HIV Outcomes: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Behavioral Medicine*, 29(5), 359-377.
- Boyatzis, C. J. (2005). Religious and spiritual development in childhood. In R. F. Paloutzian, & C. L. Park, *Handbook of the Psychology of religion and spirituality* (ss. 123-143). New York: The Guildford Press.
- Cain, M. S. (1983). Psychic surrender. America's creeping paralysis. *The Humanist*, 32, 5-12.
- Carver, C. S. (2003) Self-awareness. In M. R. Leary & J.P. Tangney (Red.), *Handbook of Self and Identity* (ss. 179-196). New York: Guilford Press.
- Cole, B. S., & Pargament, K. I. (1999). Spiritual Surrender: A paradoxical path to control. I W. R. Miller (Red.), *Integrating spirituality into treatment: Resources for practitioners* (ss. 179-198). Washington, DC: American Psychological Association.
- Dagbladet Magasinet (2009). Heia-gjengen hadde rett – Han har helbredende krefter! Hentet 14/02-2009 fra <http://www.dagbladet.no/2009/01/29/magasinet/psykologi/snasamannen/45>

- Donahue M. J. & Nielsen, M. E (2005). Religion, attitudes and social behaviour. In R. F. Paloutzian, & C. L. Park, *Handbook of the Psychology of religion and spirituality* (ss. 274-291). New York: The Guildford Press.
- Durkheim, E. (1897/1991). *Selvmordet*. Oslo: Gyldendal.
- Dyslin, C. W. (2008). The Power of Powerlessness: The Role of Spiritual Surrender and Interpersonal Confession in the Treatment of Addictions. *Journal of Psychology and Christianity*, 27 (1), 41-55.
- E24, 2008. Engleskolen et pengesluk for Märtha. Hentet 02/2-2009 fra <http://e24.no/boers-og-finans/article2539298.ece>
- Emmons, R. A. (2005). Emotion and religion. In R. F. Paloutzian, & C. L. Park, *Handbook of the Psychology of religion and spirituality* (ss. 235-252). New York: The Guildford Press.
- Emmons, R. A. & Paloutzian, R. F. (2003). The psychology of religion. *Annual Review of Psychology*, 54, 377-402.
- Engedal, L. G. (2003). Religionspsykologisk teori og kulturell kontekst. En kritisk analyse av psykoanalytisk religionsteori. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 40, 954-963.
- Exline, L. J., & Rose, E. (2005). Religion and spiritual struggles. I R. F. Paloutzian, & C. L. Park (Red.), *Handbook of the psychology og religion and spirituality*. New York: The Guilford Press.
- Ferrari, M. & Okamoto C. M. (2003). Moral development as the personal education of feeling and reason: from James to Piaget. *Journal of Moral Education*, 32 (4), 341-355.
- Flekkøy, K. (2004). Religionspsykologi og nevroteologi. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 12. 995-997.
- Flick, U. (2006). *An Introduction to Qualitative Research*. London: Sage Publications.
- Follesø, G. S. (2003). Religiøse opplevelser som psykologiske fenomener. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 40. 933-934.
- Fontana, D. (2003). *Psychology, Religion, and Spirituality*. Oxford: BPS Blackwell.
- Forcehimes, A. A. (2004). De profundis: Spiritual transformations in Alcoholic Anonymous. *Journal of Clinical Psychology*, 60 (5). 503-517.
- Frankl, V. E. (1984). *Man's Search for Meaning*. New York: Simon & Schuster.
- Frøkedal, H. (2008). Gud svarer meg. Psykologistudenter forteller om sin relasjon til Gud. Upublisert magistergrad. Teologiska Institutionen, Uppsala Universitetet, Uppsala.

- Galanter, M. (2007). Spirituality and recovery in 12-step programs: An empirical model. *Journal of Substance Abuse Treatment* , 33, 265–272.
- Gallup International (2005). Voice of the People 2005. Religiosity around the world. Hentet 05/03-2009 fra <http://extranet.gallup-international.com/uploads/internet/Religiosity%20around%20the%20world%20VoP%2005%20press%20release.pdf>
- Garborg, T. (1980). *Kristen og psykolog – konflikt eller samspill*. Upublisert oppgave. Hovedoppgave. Bergen: Psykologisk fakultet, Universitetet i Bergen.
- Geels, A. (1991). *Att möta Gud i kaos. Religiösa visioneri dagens Sverige*. Stockholm: Norstedts Förlag AB.
- Geels, A. & Wickström, O. (2003). *Den religiöse människan. En introduksjon till religionspsykologien*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Geyer, A. L., & Baumesiter, R. F. (2005). Religion, morality, and self-control. I R. F. Paloutzian, & C. L. Park (Red.), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (ss. 412-432). New York: The Guilford Press.
- Ghent, E. (2001). Need, paradox, and surrender. *Psychoanalytic Dialogues*, 11(1), 23-41.
- Gibbs, J. C. (2003). *Moral Development & Reality. Beyond the Theories of Kohlberg and Hoffman*. California: Sage Publications, Inc.
- Gordon, D. F. (1984). Dying to self: Self-control through self-abandonment. *Sociological Analysis* , 45 (1), 41-56.
- Greenwood, S. F. (1995). Transpersonal theory and religious experience. I W. Hood Jr, *Handbook of Religious Experience* (ss. 495-519). Birmingham: Religious Education Press.
- Han, S., Mao, L., Gu, X., Zhu, Y., Ge, J. & Ma, Y. (2008). Neural consequences of religious belief on self-referential processing. *Social Neuroscience*, 3 (1), 1-15.
- Hauge, M.-I. (2000). Hvilket 'menneske' trer frem av psykologisk forskning?: En diskusjon av metode og kunnskapssyn. *Psykologisk Tidsskrift*, 4, 7-11.
- Hidas, A. M. (1981). Psychotherapy and surrender: A psychospiritual perspective. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 13, 27-32.
- Hood, R. W. (2002). The mystical self: Lost and found. *The International Journal for the Psychology of Religion* , 12 (1), 1-14.
- Hood, R. W. (2005). *Handbook of Religious Experience*. Birmingham: Religious Education Press.

- Hood, R. W. & Belzen, J. B. (2005). Research methods in the psychology of religion. I R. F. Paloutzian, & C. L. Park, *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (ss. 62-79). New York: The Guildford Press.
- Hood, R. W., Spilka, B., Hunsberger, B. & Gorsuch, R. (1996). *The Psychology of Religion: An Empirical Approach*. New York: Guilford.
- James, W. (1902/1963). *Religiøse Erfaringer*. København: Jerspersen og pios forlag.
- James, W. (1902/2003). *The Varieties of Religious Experience*. London: Routledge.
- Jensen, T. K. (2005). The Interpretation of Signs of Child Sexual Abuse. *Culture & Psychology*, 11(4), 469–498.
- Jones, G. S. (1994). *The Surrender Experience in Recovery from Substance Dependence: A Multiple Case Study*. PhD Thesis, The University of Memphis, Department of Philosophy.
- Jones, J. W. (1992). Response: religion, Reductionism, and psychoanalysis. *Pastoral Psychology*, 40 (6), 401-404.
- Jung, C. G. (1965). *Psykologi og Religion*. Oslo: J. W. Cappelens Forlag.
- Jung, C. G. (1966/1975). *Mitt liv. Minner, drømmer, tanker*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- Jung, C. G. (1973) Synchronicity. *An Acausal Connecting Principle*. Princeton: Princeton University Press.
- Jørgensen, G. (2006, juli). *Stage 7, Convergence of Cross-Paradigmatic Issues. Preliminary version*. Paper presentert på Association for Moral Education Annual Conference, Fribourg, Sveits.
- Kohlberg, L. & Ryncarz, R. A. (1990). Beyond justice reasoning: Moral development and consideration of a seventh stage. I C. N. Alexander & E. J. Langer (Red.), *Higher Stages of Human Development*. New York: Oxford University Press.
- Krøvel-Velle, A. & Aasen, C. (2003). Møte med religiøse tema i terapi: Refleksjonar kring terapeuten si rolle. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 40, 984-988.
- Krøvel-Velle, A., Aasen, C. & Nielsen, G. H. (2003). Psykodynaisk forståing av Gud som objektrepresentasjon. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 40, 945-953.
- Kunnskapsdepartementet (1995). *NOU 1995: 9 Visjoner for fagene, 9.2 Den religiøse dimensjon*. Hentet 26. november 2007, fra <http://www.regjeringen.no/nb/dep/kd/dok/NOUer/1995/NOU-1995-9/10/2.html?id=427492>
- Kvale, S. (2003). The church, the factory and the market. Scenarios for psychology in a postmodern age. *Theory of Psychology*, 13 (5), 579-603.

- Kvale, S. (2007). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Ad Notam Gyldendal AS.
- Lajoie, D. & Shapiro, S. (1992). Definitions of transpersonal psychology: The first 23 years. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 24 (1), 79-98.
- Larkin, M., Watts, S. & Clifton, E. (2006). Giving voice and making sense in interpretative phenomenological analysis. *Qualitative Research in Psychology*, (3), 102-120.
- Leigh, J., Bowen, S., & Marlatt, A. G. (2005). Spirituality, mindfulness and substance abuse. *Addictive Behaviors*, 30, 1335–1341.
- Listhaug, O. (1998). *Norske verdier og holdninger 1982-1996: Sentrale verdier endrer seg sakte*. SSB: Samfunnsspeilet, nr 1. Hentet 20. februar, 2008, fra <http://www.ssb.no/samfunnsspeilet/utg/9801/1.html>
- Mahoney, A. & Pargament, K. I. (2004). Sacred changes: Spiritual conversion and transformation. *Journal of Clinical Psychology*, 60 (5). 481-492.
- Marks, D. F. (2002). Freedom, responsibility and power: Contrasting approaches to health psychology. *Journal of Health Psychology*, 7 (1), 5-19.
- McCullough, M. E. & Larson, D. B. (1999). Prayer. I R. Miller (Red.), *Integrating Spirituality Into treatment: Resources for practitioners* (ss. 85-110). Washington, DC: American Psychological Association.
- Moxley, D. P. & Washington, G. M. (2001). Strengt-based recovery practice in chemical dependency: A transpersonal perspective. *Families in Society*, 82 (3), 251-262.
- Murken, S. (2005). Er Gudsrelasjonen til hjelp i mestring av livet? En relasjonsteoretisk analyse. *Psykologisk Tidsskrift*, 01, 56-66.
- Nathanael, F. L. (2009). Spirituell overgivelse og mestring. *Psykologisk Tidsskrift*, 01, 31-37
- Nietzsche, F.(1882). The Gay Science, Section 125. Hentet juni 3, 2008, fra http://en.wikipedia.org/wiki/God_is_dead
- Oman, D., & Thoresen, C. E. (2005). Do religion and spirituality influence health? I R. F. Paloutzian, & C. L. Park (Red.), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (ss. 435-459). New York: The Guilford Press.
- Paloutzian, R. F. (2005). Religious conversion and spiritual transformation. A meaning-system analysis. I R. F. Paloutzian, & C. L. Park (Red.), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (ss. 3-20). New York: The Guildford Press.
- Paloutzian, R. F., & Park, C. L. (2005). Integrative themes in the current science of the psychology og religion. I R. F. Paloutzian, & C. L. Park (Red.), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (ss. 3-20). New York: The Guildford Press.

- Paloutzian, R. F., Richardson, J. T. & Rambo, L. R. (1999). Religious conversion and personality change. *Journal of Personality*, 67(6), 1047-1079.
- Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping. Theory, Research, Practice*. New York: The Guilford Press.
- Pargament K. I. (2002a). The bitter and the sweet: An evaluation of the costs and benefits of religiousness. *Psychological Inquiry*, 13, 168-181.
- Pargament, K. I. (2002b). Is Religion Nothing But ...? Explaining Religion Versus Explaining Religion Away. *Psychological Inquiry*, 13, 239-244.
- Pargament, K. I. (2007). *Spiritually Integrated Psychotherapy. Understanding and Addressing the Sacred*. New York: The Guilford Press.
- Pargament, K. I., Grevengoed, N., Kennell, J., Hathaway, W., & Jones, W. (1988). Religion and the problem solving process: Three styles of coping. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27, 90-104.
- Pargament, K. I., & Mahoney, A. (2002). Spirituality. Discovering and conserving the sacred. I C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Red.), *Handbook of Positive Psychology* (ss. 646-659). New York: Oxford University Press.
- Peterson, C. (2006). *A Primer in Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Poll, J. B., & Smith, T. B. (2003). The spiritual self: Toward a conceptualization of spiritual identity development. *Journal of Psychology and Theology*, 31 (2), 129-142.
- Pollan, B. (2005). Carl Gustav Jung som religionspsykolog. *Psykologisk Tidsskrift*, 01, 8-11.
- Rambo, L. R. (1993). *Understanding Religious Conversion*. New Haven and London: Yale University Press.
- Richards, S. P., & Bergin, A. E. (2005). *A Spiritual Strategy for Counseling and Psychotherapy*. Washington, DC : American Psychological Association.
- Richards, S. P., & Potts, R. W. (1995). Using spiritual interventions in psychotherapy: Practices, successes, failures, and ethical concerns of mormon psychotherapists. *Professional Psychology: Research and Practice*, 26 (2), 163-170.
- Richards, S. P., Rector, J. M., Tjeltveit, A. C. (1999). Values, spirituality, and psychotherapy. I R. Miller (Red.), *Integrating Spirituality Into treatment: Resources for practitioners* (ss. 133-160). Washington, DC: American Psychological Association.
- Riessmann, C. K. (1993). *Narrative Analysis. Qualitative Research Methods Series 30*. Newbury Park: Sage Publication.
- Roehlkepartain, E. C., Benson, P. L., King, P. E. & Wagner, L. M (2006). Spiritual development in childhood and adolescence: Moving to the scientific mainstream. I E.

- C. Roehlkepartain, P. E. King, L. M. Wagner & P. L. Benson, *The Handbook of Spiritual Development in Childhood and Adolescence* (ss. 1-15). California: Sage Publications.
- Rogers, C. R. (1973). Some New Challenges. *American Psychologist*, 28, 379-387.
- Rommetveit, R. (2003). *Språk, tanke og kommunikasjon*. Oslo: Gyldendal Akademiske Forlag.
- Seligman, M. E., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positiv psychotherapy. *American Psychologist*, 61, 774-788.
- Shafranske, E. P., & Sperry, L. (1999). Addressing the spiritual dimension in psychotherapy: Introduction and overview. I R. Miller (Red.), *Integrating Spirituality Into treatment: Resources for practitioners* (ss. 11-29). Washington, DC: American Psychological Association.
- Skoe, E. E. (2008). Why care? Moral development and religious experience. I U. V. Heyden, & A. Feldtkeller, *Border Crossings: Explorations of an Interdisciplinary Historian. Festschrift for Irving Hexham* (ss. 287-303). Stuttgart: Franz-Steiner-Verlag.
- Spilka, B., Hood, R. W., Hunsberger, B. & Gorsuch, R. (2003). *The Psychology of Religion. An Empirical Approach*. New York: The Guilford Press.
- Spilka, B. & McIntosh D. N. (1995). Attribution theory and religious experience. I W. Hood Jr, *Handbook of Religious Experience* (ss. 421-445). Birmingham: Religious Education Press.
- Stortingsproposisjon nr. 63. (1997-98). Om opptrappingsplan for psykisk helse 1999-2006. Hentet november 20, 2007, fra <http://www.regjeringen.no/nr/dep/hod/Dokument/Proposisjonar-og-meldingar/Stortingsproposisjonar/19971998/Stprp-nr-63-1997-98-/1.html?id=201916>
- Tart, C. T. (2004). On the scientific foundation of transpersonal psychology: Contributions from parapsychology. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 36 (1), 66-90.
- Taylor, S. E. (2006). *Health Psychology*. London: McGraw-Hill.
- Teigen, K. H., Skoe, E. E., Lindgren, T. & Storjord, T. (1999). Psykologien og sjelen. Norske og amerikanske psykologistudenters oppfatninger av begrepet sjel hos mennesker og dyr. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*. 36, 412-421.
- Tiebout, H. M. (1949). The act of surrender in the therapeutic process with special reference to alcoholism. *Quarterly Journal of Studies on Alcohol*, 10, 48-58.
- Tiebout, H. M. (1953). Surrender versus compliance in therapy: With special reference to alcoholism. *Quarterly Journal of Studies on Alcohol*, 14, 58-68.

- Tiebout, H. M. (1954). The ego factors in surrender in alcoholism. *Quarterly Journal of Studies on Alcohol*, 15, 610-621.
- Tonigan, J. S., Toscova, T. R., & Connors G. J. (1999). Spirituality and the 12-step programs. I R. Miller (Red.), *Integrating Spirituality Into treatment: Resources for practitioners* (ss.111-131). Washington, DC: American Psychological Association.
- Valsiner, J. (1984). Two epistemological frameworks in psychology: The typological and the variational modes of thinking. *The Journal of Mind and Behavior*, 5, 449-470.
- Vederhus, J., Kristensen, Ø., Tveit, H., & Clausen, T. (2008). Tolvtrinnsbaserte selvhjelpsgrupper: En ressurs i rehabiliteringen av rusmiddelavhengige. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 10, 1268-1275.
- Wachholtz, A. B., & Pargament, K. I. (2005). Is spirituality a critical ingredient of meditation? Comparing the effects of spiritual meditation, secular meditation, and relaxation on spiritual, psychological, cardiac, and pain outcomes. *Journal of Behavioral Medicine*, 28 (4), 369-384.
- Walker, C., Ainette, M. G., Wills, T. A., & Mendoza, D. (2007). Religiosity and substance use: Test of an indirect-effect model in early and middle adolescence. *Psychology of Addictive Behaviors*, 21 (1), 84-96.
- Wong-McDonald, A., & Gorsuch, R. L. (2000). Surrender to God: An additional coping style? *Journal of Psychology and Theology*, 28 (2), 149-161.
- Wong-McDonald, A., & Gorsuch, R. L. (2004). A multivariate theory of God concept, religious motivation, Locus of control, coping, and spiritual well-being. *Journal of Psychology and Theology*, 32 (4), 318-334.
- Wulff, D. M. (1997). *Psychology of Religion: Classic and Contemporary*. New York: John Wiley & Sons.
- Zinnbauer, B. J. & Pargament, K. I. (1998). Spiritual conversion: A study of religious change among college students. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37, 161-180.
- Zinnbauer, B. J. & Pargament, K. I. (2005). Religiousness and Spirituality. I I R. F. Paloutzian, & C. L. Park, *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (ss. 21-42). New York: The Guildford Press.
- Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., Scott, A. B. (1999). The emerging meanings of religiousness and spirituality: Problems and prospects. *Journal of Personality*, 67 (6), 889-919.